

ВЕСТА[®] *elle*

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Январь

№ 1 (224) 2014

16+

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:
группа физических лиц

Издатель:
ООО Издательство «Веста-М»

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации по
печати.
Пер. № 014813

Главный редактор
Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:
г. Воронеж,
ул. Средне-Московская, 32

Для почты:
394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:
(473) 251-22-13, 235-59-75

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru
Наш сайт: vesta-m.info

Писанные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор
по распространению
Галина СТАРОДУБЦЕВА
Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:
10 декабря 2013 г. в 11:00

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская
областная типография»
390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12
тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.
Заказ № 4914.
Тираж 448700 экз.

Общий тираж 526350 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс
в каталоге «Почта России» —
60672,
в каталоге «Пресса России» —
51182.

Подписку можно оформить
на сайте: **VIPISHI.RU**

На первой странице — **Марина**
г. Киров

Сегодня в номере:

КОСМЕТИКА

- Маски с ламинарией. ● Губы в двух тонах.
- Тушь вместо подводки и наоборот.
- Крем вокруг глаз.
- Чтобы нос не краснел в мороз.
- Овсянка вместо... мыла.

САЛОН КРАСОТЫ

- «Заплетенная реальность».
- Макияж для прически.
- Завивка после окрашивания.
- Место для стайлеров.
- Экспресс-маски для волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- «Эх, прокачу!» ● Яблоко плюс...
- Три порции рыбы, пожалуйста!
- Причина в чае. ● Для противниц перчаток.
- Язык вверх! ● Генеральная уборка для стола.
- Ой, как живот болит!
- 10 простых вещей, которые не стоит делать, чтобы не навредить здоровью.

ЗДОРОВЬЕ

Отвечаем на ваши вопросы: народные средства при лечении пяточных шпор, изжоги, кашля, гайморита, рака кожи, трофической язвы.
● Коктейль «сердечный».
- Овес лечит ЖКТ.
- Чеснок и лимон как «чистящее средство».
- Зеленая аптека: кизил обыкновенный.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читательниц отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- В тени подруги?
- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Жакет с разными рукавами и пуловер с асимметричной застежкой, связанные на спицах; жакет с воротником-стойкой, связанный крючком.
- Будущим мамам.
- Матрас-кресло... из подушек.
- Фартук-загляденье. ● И шарф, и украшение.
- Удивительные вазочки.
- Трикотажные наволочки. ● Два в одном.
- Ожерелье из... шнура.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

- Магия кольца.

ВАШ СТИЛЬ

- Клетчатый гардероб. ● Попали в переделку.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- Пока семья на каникулах.

ХОЗЯЮШКЕ

- Уборка с малой механизацией.
- Чтобы не портить полы. ● Глазурь для мяса.
- Вазочка на один цветок. ● Вешалка для крышек.
- Трубочки на закуску и десерт

ИНТЕРЬЕР

- Стремянка не для ремонта.

КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

- И красиво, и полезно. ● Испытания зимой.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Всем гостям по короне. ● Уголок для творчества.
- Краски для пальчикового рисования.
- Осторожно! Зубная паста!

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 января по 15 февраля. ● Кто оседлает деревянную лошадку. ● Тест. Какая вы покупательница?

МУЖЧИНА В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- 7 стадий «осознания свободы».

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Тайны любви Леонида Собинова.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Голливудская «некондиция».
- Джамал Тетраушвили. ● Даниил Белых.

ЭТИКЕТ

- Несколько тонкостей поведения на улице.
- Форс-мажор на вечеринке. ● В общественном туалете. ● Разливаем чай на китайский манер.

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Перевод с собачьего.
- Для людей — отдельно, для кошек — отдельно.
- Когтетерка из картона.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

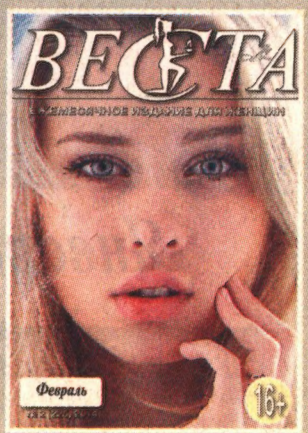
- Ольга Балтабаева. Сплошная романтика.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Концентрированная красота. ● Как сжечь гнев.
- Вернемся к прежним размерам. ● От всего сердца!
- Романтический ужин без... последствий. ● Пьем... стоя!
- Поперчите ногти. ● По примеру шведок.
- Лунный посевной календарь на 2014 год.
- Нет повести известнее на свете... ● Плата за свободу.
- Он мог бы полюбить Вас. ● И многое другое.



ГЕНЕРАЛ ОТ КУТЮР



Английский генерал Фицрой Коммерсет лорд Реглан имел разносторонние таланты. Правда, в военном искусстве ничего особо выдающегося за ним не числится. Зато в портновском он увековечил свое имя!

Во время знаменитой битвы под Ватерлоо, где Наполеон потерпел окончательное поражение, лорд Реглан, тогда еще капитан, был тяжело ранен в руку, позже ее пришлось ампутировать. Тем не менее, и одной рукой геройский офицер отлично фехтовал и стрелял. А чтобы нехватка второй верхней конечности не бросалась в глаза, лорд выдал армейскому портному собственноручно сделанный эскиз и поручил сшить «хитрую» шинель — со свободной проймой, цельнокроеным рукавом и перериной. У одежды такого кроя оказалась целая масса достоинств, вскоре фасон а-ля-Реглан вошел в моду, и вот уже полтора века не теряет своей популярности!

КАТАСТРОФЫ МЕДОВОГО МЕСЯЦА

Такое бывает нечасто: за время четырехмесячного кругосветного «медового путешествия» новобрачные шведы Стефан и Эрика Сванстрёмы «сумели» пережить чуть ли не десяток природных катаклизмов! В Европе они попали в одну из самых сильных за последние десятилетия метелей, в Австралии оказались в эпицентре разрушительного циклона, едва спаслись при наводнении и чудом избежали гибели при лесном пожаре. Быстренько перебравшись в Японию, они как раз «успели» на... сильнейшее в истории страны землетрясение!

Но все эти испытания лишь укрепили их брак. В отличие от такой же новобрачной итальянской пары, которой довелось пережить только одну катастрофу, зато какую — они провели «медовый месяц» во Франции вместе со... свекровью! Темпераментная итальянка вежливо просила мужа отправить маму домой, но тот объяснил, что не может рисковать своим здоровьем в самом начале семейной жизни. Однако семейной жизни-то у них и не получилось: вернувшись домой, супруга тут же подала на развод!..



НА ЕДУ — С КУЛАКАМИ!



Ученым Чикагского университета, регулярно посещающим свою университетскую столовую, пришла в голову оригинальная идея, которую они тут же проверили на студентах. Не объяснив им, что и зачем, они попросили часть студентов при выборе блюд крепко сжимать кулаки, другую же часть попросили держаться совершенно расслабленно. Результат не замедлил сказаться и с блеском подтвердил гениальную научную догадку: группа «кулачных бойцов» предпочла фрукты, чай или йогурт, а группа «расслабленных» — гамбургеры и пончики!

Сами понимаете: если вас калории волнуют — приближайтесь к еде, крепко сжав кулаки!..

ВЫШЕ НАЛОГИ — НИЖЕ НАЦИЯ?



Изучая формулярные списки новобранцев, призванных на военную службу в XVIII веке, российские исследователи обнаружили интересную закономерность. Столетие было отмечено для России и войнами, и масштабными реформами — для того и другого требовались огромные средства, и естественно, налоги возрастали многократно. Вслед за этим, как это ни парадоксально, учеными отмечено общее снижение... роста россиян! Во всяком случае — мужского пола.

Подтвердился ли такой вывод по другим эпохам, еще предстоит выяснить. Не менее важен и вопрос, относится ли такая зависимость лишь к россиянам, или ей все нации покорны...

ИМИДЖ — НИЧТО?..

Узкие воротнички и туго затянутые галстуки вредны для зрения — к такому выводу пришли ученые из Великобритании. По их мнению, воротничок или галстук, плотно прилегая к сонной артерии, частично пережимают ее и тем самым ухудшают приток крови к мозгу и глазам, в результате снижается острота зрения. Причем, снижение держится еще некоторое время даже после устранения «удавки». Этот побочный эффект имиджа старинных аристократов и современного делового человека может неблагоприятно сказаться прежде всего на тех, кто часто садится за руль автомобиля или по роду своей деятельности связан с применением оружия.



ИДЕАЛЬНЫЕ РОДЫ



Ученые из Техасского университета заинтересовались растущей в развитых странах тенденцией позднего создания семьи и рождения детей. И неожиданно «нашли» в этом рациональное зерно: оказывается, женщина достигает оптимального баланса между здоровьем и материальным благополучием к 34 годам, и это как раз «идеальный возраст» для первых родов! Правда, большинство медиков к этому оптимистично-«медовому» выводу считают необходимым добавить немного «дегтя»: вероятность зачатия даже для здоровой женщины с возрастом резко уменьшается (от 100% в 25 лет до 50% к 35 и 5% к 40!), и «техасский вариант», по их мнению, «рационален» только в случае, если в семье предполагается всего один ребенок!

«ДОСТАТОЧНО ОДНОЙ ТАБЛЕТКИ!..»

Похоже, скоро нам не придется беспокоиться о том, надежно ли защищает от неприятного запаха пота нанесенный на кожу дезодорант. Бразильские ученые предложили революционный способ избавления от нежелательного аромата. Они создали препарат в форме таблетки, предназначенный для употребления внутрь. Изобретатели утверждают, что если глотать его 3 раза в день, неприятный запах пропадет, а от тела будет исходить лавандовое благоухание. Средство, формула которого является ноу-хау, готово к запуску в продажу, осталось только получить одобрение медиков.



Частные проблемы

Мы с Сашей встречаемся уже почти три года. Отношения у нас прекрасные, за это время наши характеры «притерлись», ссоримся мы все реже и действительно понимаем друг друга. Встречаемся то у него, то у меня. Я понимаю, что у таких отношений должно быть логическое продолжение в виде брака. Но Саша об этом все время молчал.

А недавно он вдруг сказал мне, что в новом году мы должны с ним перейти на новый уровень и жить вместе у него. Я ничего не ответила, а он во время каждой встречи стал рассуждать о ремонте в квартире, о мебели, о поездке летом на отдых и даже о ребенке — пора, мол, и о наследнике подумывать.

Я внимательно слушаю все эти рассуждения, но знаю, что мои родители никогда не поймут этого «гражданского брака». Они вообще считают такое совместное проживание аморальным поведением и сожителем, а гражданский брак — регистрацией брака в загсе.

Честно говоря, я тоже хочу, чтобы у меня была нормальная свадьба, законный брак, а не просто проживание на одной жилплощади, хотя сейчас такие отношения встречаются очень часто.

Как мне сказать об этом Саше? А вдруг он после этого просто уйдет?

Ноговорите с Сашей о том, что таких свободных отношений с совместным проживанием, как предлагает он, Ваши родители просто не поймут, а портить с ними отношения Вы не собираетесь. Подчеркните, что Вы тоже воспитаны в традиционном отношении к браку и занимаете ту же позицию. А сейчас Вы видите для ваших отношений два пути: оставить всё, как есть — продолжать встречаться, не заикаясь больше ни о какой свадьбе, или просто расстаться.

Вполне возможно, что после такого разговора Ваш Саша подумает и сделает Вам настоящее предложение руки и сердца. Во вся-

ком случае, он должен знать Ваше отношение и отношение Ваших родителей к этому вопросу.

Мы встречаемся со Стасом уже больше двух лет. Я дождалась его из армии.

Когда мы начали встречаться, я была девственницей, а когда он вернулся, у нас, то есть у меня, был первый секс.

Со временем мы начали ругаться по пустякам, его отношение ко мне стало очень грубым, он обращался со мной, как с игрушкой.

После 8 марта мы расстались по его инициативе. Около двух недель не общались, а потом встретились случайно, завязался разговор, мы поняли, что любим друг друга, и решили снова быть вместе. Но проблем от этого не убавилось. Теперь, если ему что-то не нравится, виновата в этом я.

Раньше мы с ним гуляли, виделись с друзьями, а сейчас мы идем к моей сестре, сидим у нее, играем с племянником и больше ничего.

За все время он делал мне сюрпризы и дарил подарки всего раз пять — и то по праздникам в календаре, а про наши маленькие даты он вообще забывал: я его поздравляю, а ему все равно. В последнее время он уделяет мне все меньше времени: то играет в кубик-рубик, то в компьютерные игры — делает все, чтобы меня не замечать. А сейчас вообще уехал работать в другой город до декабря.

Я стараюсь проявлять свои чувства на расстоянии — пишу sms-ки, звоню, а он постоянно говорит, что занят.

Посоветуйте, пожалуйста, что делать. Расставаться с ним не хочу, привязалась уже, да и два года — это не два дня — очень жалко будет потерянного времени.

Возможно, Ваш молодой человек, вернувшись из армии, решил, что еще «не нагулялся», и оставался на одной девушке, даже если она дождалась его, не хочет. Вам он этого открыто сказать не мо-

жет, а своим невниманием вызывает у Вас ответную реакцию — ждет, что Вам надоест его «прохладное» отношение к Вам, и Вы сами решите расстаться. Не думайте, что ему легко. Он ведь сам не знает, чего хочет. Расстаться вы с ним уже пытались, но без Вас ему плохо (может быть, привык, может быть, не хочет обижать, а может быть, любит).

Сами Вы не хотите с ним расставаться, но ничто не мешает Вам взять тайм-аут в ваших отношениях. Сделайте над собой усилие и не звоните, не пишите ему sms-ки. Не ищите с ним встреч. Дайте ему разобраться в себе, а заодно сами хорошенько подумайте, та ли эта «половинка», которая нужна Вам, тепло ли Вам рядом с ним, такой ли жизни Вы хотите...

Займите выжидательную позицию, ничем о себе не напоминайте, находите какие-то интересные занятия, общайтесь с подругами, с друзьями.

Жизнь-то не остановилась.

Да, Вы дождалась молодого человека из армии. И теперь считаете, что он обязан Вам всю жизнь быть рядом? А если его тяготят такие «обязательства»? Если вы с ним — разные люди? Если вам друг с другом скучно и не о чем говорить? Если те чувства, которые связывали вас раньше, просто закончились? Если вы оба повзрослели, у вас появились новые жизненные ценности и они не совпадают?

Нельзя никого привязать к себе насильно — из этого обычно ничего хорошего не получается. И если Вам только жаль потерянного времени, которое Вы потратили на Стаса, подумайте, не загубите ли Вы всю свою жизнь рядом не со «своим» человеком.

В январе прошлого года на 8-й неделе моя вторая беременность замерла (в первую родилась дочка, ей три годика).

Врач велела полгода подождать, прежде чем снова беременеть. Мы с мужем ждали, потом я сдавала анализы — «дали добро». Но муж теперь боится повторения января и постоянно откладывает планирование — говорит: «Давай, еще подождем».

Я сама долго переживала, но смогла взять себя в руки.

Как помочь сделать это мужу, как успокоить его, как объяснить, что это была случайность и в дальнейшем все будет хорошо?

Если Ваш муж сам действительно хочет второго ребенка, значит, он переживает только из-за Вашего здоровья. А убедить его в том, что сейчас у Вас со здоровьем все в порядке, может только врач.

Посетите врача сначала сами, поговорите с ним о Вашей проблеме и договоритесь о втором визите — уже вместе с мужем.

Аргументированное объяснение специалиста — с доказательствами в виде анализов и результатов обследования — должно успокоить Вашего мужа и убедить в успехе.

Но мотивом его желания отсрочить следующую Вашу беременность может быть и другое. За этот год он многое понял, переосмыслил, выслушал мнения других лю-

**НАЕДИНЕ
ПСИХОЛОГОМ**



копить. Мне страшно выходить на улицу.

Окончив институт, многие устраиваются на любую работу, чтобы, как говорится, «зацепиться», осмотреться, а потом уже осознанно искать то, что по душе. Вот и Вы сначала «зацепились», а потом остались на этом месте, которое не просто не нравится, а, как можно судить по Вашему письму, просто мешает Вам жить, и поплыли по течению. А Вы сами что-нибудь пытались предпринять, чтобы изменить свою жизнь (то есть, поменять работу)?

Для начала — сможете ли Вы сами для себя сформулировать, какая работа Вас бы устроила? Только не опускайтесь до пустой мечты лентяев: «Вот хорошо бы работать поменьше, а денег получать побольше!» В жизни так не бывает. А прежде чем получать приличную зарплату, многим приходится ой как «попахать», повышая квалификацию и постоянно постигая все новые и новые секреты мастерства.

В наше время молодые люди очень часто сначала получают хоть какой-то диплом о высшем образовании, а потом подыскивают подходящую работу.

Очень многие делают это через Интернет, и в сентябрьском номере «Весты» мы писали о том, как избежать наиболее распространенных ошибок при составлении и рассылке резюме через Интернет.

Никогда не поздно получить второе и даже третье образование, используя заочную форму обучения. Чтобы получить желаемую специальность и соответствующее образование, можно заняться самообразованием и сдать экзамены экстерном. Главное — понять, чем Вы на самом деле хотите заниматься, в чем Ваше призвание. Когда Вы это для себя определите, поставьте перед собой реальную цель и добивайтесь ее.

А закидываясь на неудачно выбранной работе, считая ее причиной всех на свете бед, в том числе отсутствия личной жизни и испорченных отношений с окружающими, не стоит. Вокруг Вас кипит жизнь, прекрасная и неповторимая. Не теряйте время и — живите.

Мои родители прожили 25 лет вместе и очень счастливы. У них есть друзья — муж с женой, у которых дочка недавно очень удачно вышла замуж. Муж ее занимает высокую должность, он очень состоятельный человек, а родители новобрачной постоянно делятся с моими родителями восторгами по поводу ее успехов.

Молодые живут вместе всего полгода, но за это время объездили полмира, многое повидали, попробовали и еще больше приобрели. При этом девушка эта — моя ровесница, и я никошью не хуже ее.

Постоянные разговоры моих предков об этой удаче меня уже «достали». У меня создается впечатление, что родители стараются меня разозлить, чтобы я сделала соответствующие

выводы и вышла замуж еще лучше.

Проблема моя в том, что я не могу ей не завидовать, тем более, чувствуя со стороны родителей постоянный «подогрев» интереса.

Мне кажется, что меня мечтают выдать поскорее замуж и таким образом избавиться от меня. Но мы живем не в Голливуде — миллионеров, олигархов и владельцев нефтяных скважин на всех, безусловно, не хватает, а любой другой мой муж будет хуже, чем у дочери друзей. Ловлю себя на том, что постоянно испытываю раздражение против этой «счастливой семейки».

А кто сказал, что Вы тоже должны выйти замуж за такого же человека, что и дочка Ваших знакомых? У каждого своя судьба, своя любовь, своя жизнь.

Вы пишете, что Ваши мама с папой прожили счастливо 25 лет, но не упоминаете, что папа — миллионер или олигарх. И этот факт не помешал Вашим родителям прожить счастливую жизнь. А молодая семья Ваших знакомых существует всего полгода, и неизвестно еще, сколько они будут радоваться поездкам и приобретениям, сколько продлится их счастье.

Да, слушать каждый день, как повезло N., которая ничуть не лучше Вас, и чувствовать, что родители спят и видят Вас устроенной в жизни так же замечательно, как она, очень тяжело. Конечно, родители желают Вам счастья, просто они так сильно его желают, что слишком ярко это демонстрируют (да еще на примере близко знакомой Вам девушки).

Поговорите с родителями и попросите их больше не упоминать в вашем доме об этой «счастливнице», скажите, что в противном случае вынуждены будете уйти на съемную квартиру. Может быть, родители поймут, что бесконечными ссылками на удачный брак знакомой они могут вынудить Вас выйти замуж за первого встречного...

Признайтесь, Вы не столько завидуете новобрачной, сколько уже ненавидите ее вместе с ее состоятельным мужем. А зависть, в которой Вы себя обвиняете, бывает разной: разрушительной и конструктивной. Если Ваши жизненные приоритеты не ограничиваются мечтой в один момент из Золушки превратиться в принцессу, значит, основательно разозлившись (не на девушку, конечно, а на ситуацию), Вы можете не только поставить перед собой достаточно высокие цели, но и, приложив все силы, достичь их.

Подумайте, что Вы можете противопоставить удачному замужеству: успех в профессии, реализацию планов, касающихся собственного бизнеса или образования. Вот и работайте в этом направлении, и добивайтесь своих успехов. Зависть со временем пройдет. Но пусть она до этого сыграет в Вашей жизни положительную роль.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

дей. Какие выводы он сделал из всего этого, Вы можете узнать только из откровенного и доверительного разговора с ним. Не стесняйтесь вызвать его на этот откровенный разговор. Вы же — родные люди, и это касается вашей общей жизни.

Ятри года занимаюсь делом, которое мне не нравится. После института я не знала, куда идти, устроилась в первое попавшееся место и до сих пор продолжаю тут работать. Жизнь превратилась в кошмар. Я ни о чем думать больше не могу. Мне 25 лет, у меня нет семьи и любимого человека из-за того, что всё циклится вокруг работы. У меня испортились из-за этого отношения с мамой и близкими людьми. Я ничего не смогла добиться, ничего не сумела на-

ЭКСПРЕСС-МАСКИ ДЛЯ ВОЛОС

Предлагаем вашему вниманию маски для волос, которые не отнимают много времени, но свое благотворное действие оказывают.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ МАСКА ОТ ПЕРХОТИ

Если время от времени у вас появляется перхоть, то, как только вы ее вылезчите, приступайте к профилактическим мерам.

Раз в неделю, за полчаса до мытья головы, втирайте в кожу головы смесь аптечной настойки календулы и касторового масла, смешанных в равной пропорции.

УКРЕПЛЯЮЩАЯ МАСКА

Если ваши волосы стали слишком интенсивно выпадать, а их внешний вид оставляет желать лучшего, используйте маску из тыквенного сока. Она восстанавливает волосы и укрепляет корни.

Отожмите сок из ломтя тыквы, добавьте к нему 2 ч. ложки любого растительного масла, перемешайте, нанесите на корни волос, а остаток распределите по всей их длине. Оберните голову полиэтиленовым пакетом, укутайте полотенцем, а через полчаса вымойте голову с шампунем.



МАСКА ДЛЯ БЛЕСКА

Волосы потускнели и не блестят? Выход есть!

Разомните мякоть одного спелого банана, добавьте к ней несколько капель миндального масла или масла жожоба. Массирующими движениями нанесите массу на кожу головы, остаток распределите по волосам, наденьте на голову шапочку для душа. Через 15 минут вымойте голову.

ПИТАТЕЛЬНАЯ МАСКА

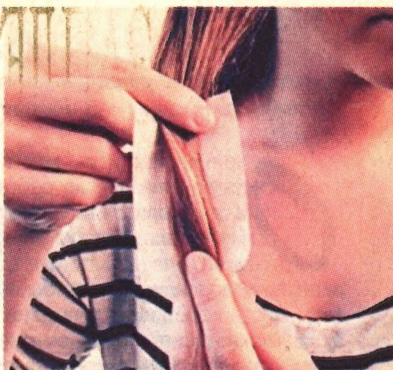
Если волосы истончились и стали слабыми...

Каждый раз после мытья на слегка подсушенные полотенцем волосы наносите натуральный йогурт без добавок и надевайте шапочку для душа. Через 20 минут смывайте маску теплой водой.

ВМЕСТО УКСУСА И ЛИМОННОГО СОКА

Ваши волосы тонкие и пушистые. Без подкисленного полоскания их трудно расчесать, а запас уксуса и лимона вам не нравится?

Замените их шипучим аспирином. Опустите в стакан воды 1 таблетку, а когда она полностью растворится, ополосните этой водой волосы после мытья.



ЗАВИВКА ПОСЛЕ ОКРАШИВАНИЯ

При мелировании и колорировании волос их кончики обычно получаются светлее, чем остальные волосы. Выглядит это красиво, но кончики волос при этом оказываются пересушенными. А если вы еще и регулярно накручиваете волосы щипцами, то со временем хрупкие кончики просто обломаться.

Как быть? Не отказываться же от привычного способа укладки!

Если вы и красите, и завиваете волосы, купите в магазине для парикмахеров бумагу для химической завивки и обертывайте ею кончики волос перед накручиванием щипцами. Бумага послужит прослойкой между волосами и горячим металлом, ослабит воздействие температуры на волосы, и не даст им пересохнуть еще больше.



МЕСТО ДЛЯ СТАЙЛЕРОВ

Чаще всего дамы сушат и укладывают волосы в ванной комнате. Но многие ванн не предназначены для хранения еще и укладочных приспособлений. Если у вас в ванной есть шкафчик с дверцей, попросите мужа прикрепить к дверце клеевым пистолетом несколько отрезков трубы ПВХ диаметром, подходящим для ваших приборов. И стайлеры всегда будут под рукой, и провода не будут мешать.



Мне давно нравятся яркие цветные пряди на волосах, покрашенные тушью. Я даже купила несколько тюбиков, хочу поэкспериментировать на каникулах. Вот только не знаю, красить волосы тушью надо так же, как мы красим ресницы, или есть какие-то тонкости.



Многим нравится тушь для волос, так как она позволяет менять имидж хоть каждый день и легко смывается во время обычного мытья головы. В нанесении туши нет никаких сложностей, но, как в любом деле свои тонкости здесь есть.

- Наносите тушь только на сухие волосы и только по направлению роста волос — от корней к кончикам.
- Чтобы тушь легла ровно, надо не просто водить щеточкой по волосам, а сначала отделять и оттягивать нужные прядки, а потом уже красить их.
- Перед процедурой лучше надеть перчатки, чтобы на руках не осталось следов краски.
- Для получения насыщенного цвета дождитесь, когда первый слой туши полностью высохнет, и покрасьте прядь еще раз, а то и два.
- Чтобы волосы в окрашенных прядях не склеивались, сразу после нанесения, пока тушь не высохла, расчешите их расческой с частыми зубьями или старой зубной щеткой.

После высыхания туши прядки лучше не расчесывать, краска может местами стереться и окрашенные пряди получатся пегими.

- Если Вы собираетесь использовать тушь цвета «металлик», помните, что золотистая больше подходит к светлым волосам, бронзовая — к каштановым, а серебряная здорово смотрится на черных.

ВНИМАНИЕ! Тушь для волос нельзя использовать для окрашивания бровей и ресниц.



Подготовила
Галина УШАКОВА

В январе нам предстоит много визитов. Хочется блеснуть красивой прической, а на парикмахерскую нет времени? Предлагаем вам вечерний вариант, который подойдет для любого торжественного случая и не отнимет у вас много времени и сил.

1 Разделите волосы прямым пробором ото лба до затылка. Из каждой части волос завяжите низкий хвост, закрепив его тонкой резинкой, максимально близкой к цвету ваших волос.

2 Каждый хвост разделите пополам и переплетите пряди жгутом. Концы волос зафиксируйте резинками.

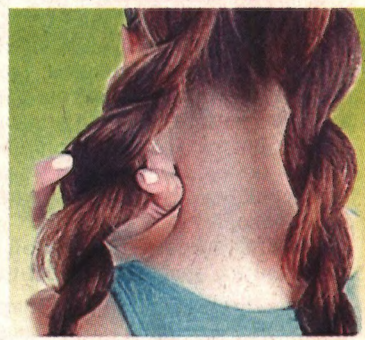
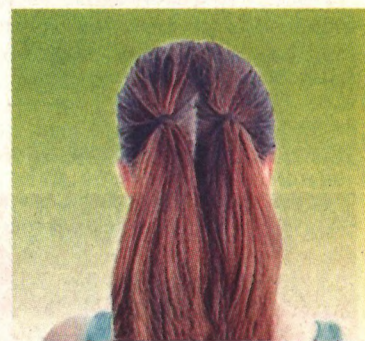
3 Немного раздерните волосы, чтобы придать жгутам дополнительный объем. Если некоторые волоски будут торчать, закрепите их лаком.

4 Правый жгут уложите по кругу против часовой стрелки (см. фото) и закрепите шпилькой.

5 Продолжите круг левым жгутом, спрятав под ним резинку.

6 Проведите его через середину головы, чтобы скрыть пробор, и подоткните кончик жгута под волосы.

При желании украсьте прическу аксессуарами, подходящими к вашему наряду.



Подготовила
Елизавета БЕЛОУСОВА

ГУБЫ В ДВУХ ТОНАХ



Ваши губы будут выглядеть пухлее и соблазнительнее, если использовать для них не помаду, а карандаш и блеск для губ.

Вам понадобятся: карандаш и блеск того же цвета, но на один-два тона темнее. Аккуратно обведите карандашом губы по контуру широкой каймой, не вылезая за границы губ! Затем только на оставшуюся непрокрашенную поверхность губ нанесите блеск. Сочетание матового контура и блестящей середины придает губам дополнительный объем и соблазнительный вид.

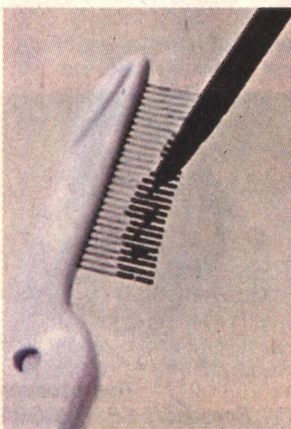
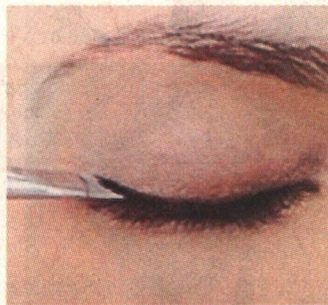
ТУШЬ ВМЕСТО ПОДВОДКИ И НАОБОРОТ

У вас бывает так, что, собираясь заняться макияжем глаз, Вы вдруг видите, что тушь для ресниц или подводка для век закончились? Не расстраивайтесь, эти средства взаимозаменяемы. Поскольку и тушь, и подводку производят из ингредиентов, которые не могут навредить, даже попав в глаза, векам и подавно вреда не будет.

● Аппликатор от жидкой подводки достаточно просто опустить в тюбик с тушью — и можно рисовать.

● Плоской кисточкой для теней можно набрать тушь и сделать подводку.

● Аппликатором с подводкой нанести пигмент на расческу для ресниц и «расчесать» ресницы.



МАСКИ

С ЛАМИНАРИЕЙ



Многие используют ламинарию (морскую капусту) для антицеллюлитных обертываний, но мало кто знает, что и для кожи лица эта водоросль очень полезна. В ней много витамина С, обладающего омолаживающими свойствами; ниацина, который делает цвет лица сияющим и здоровым; холина успокаивающего, увлажняющего кожу и убирающего жирный блеск; калия, увлажняющего кожу; кальция, разглаживающего и придающего бархатистость; железа, снабжающего клетки кожи кислородом.

Маски из ламинарии обладают разглаживающим и подтягивающим эффектом, очищают поры, ускоряют обменные процессы в коже, оказывают регенерирующее действие и используются в качестве скраба.

ВНИМАНИЕ! Большое количество витамина С в ламинарии может повредить коже, если на лице есть сильно воспаленные участки, ранки и опухоли. В этих случаях от масок с ламинарией лучше воздержаться.

МАСКА-ОСНОВА

Сухой порошок или крупку из водоросли можно купить в аптеке, но перед использованием из нее надо приготовить основу для маски. И сделать это можно двумя способами.

БЫСТРЫЙ СПОСОБ

Залейте 1-2 ст. ложки ламинарии 2-3 ст. ложками кипятка, перемешайте до однородности, накройте емкость с ламинарией крышкой и оставьте на 10-15 минут. У вас должна получиться плотная скользкая масса.

МЕДЛЕННЫЙ СПОСОБ

Залейте 1 ст. ложку сухой водоросли 5-6 ст. ложками воды комнатной температуры и оставьте на 1-1,5 часа для набухания. Затем слейте лишнюю воду, переложите разбухшую массу в марлю и отожмите.

Если окажется, что приготовленной массы слишком много для одной маски, возьмите столько нужно, отожмите через марлю, а остатки, залитые водой, поставьте в холодильник. Масса прекрасно сохраняет свои свойства в прохладном месте в течение 2-3 дней.

ВНИМАНИЕ! Поскольку маска-основа получается очень скользкой, наносить маску следует лежа, а еще лучше — с посторонней помощью.

ДЛЯ КОЖИ ЛЮБОГО ТИПА

Нанесите на кожу лица маску-основу толстым слоем на 30 минут, затем снимите массу влажным тампоном и умойтесь прохладной водой.

Через 2-3 недели применения дважды в неделю кожа значительно помолодеет, станет более гладкой и здоровой на вид.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Добавьте к 1 ст. ложке маски-основы 0,5 ч. ложки желтка, столько же любого растительного масла или май-

онеза и перемешайте. Нанесите маску на кожу лица, а через 25-30 минут смойте ее теплой водой.

Маска питает, увлажняет кожу, разглаживает мелкие морщинки.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Соедините взбитый белок с 1 ст. ложкой маски-основы, добавьте 0,5 ч. ложки лимонного сока и перемешайте. Нанесите маску на кожу на 20 минут, затем смойте прохладной водой.

Маска очищает и сужает поры, освежает цвет лица, выравнивает и разглаживает кожу.

ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

Добавьте к 1 ст. ложке маски-основы 1 ч. ложку жидкого меда, если у вас нет на него аллергии, перемешайте и нанесите на кожу лица и шеи на 30 минут. Затем смойте маску теплой водой.

Маска очищает, увлажняет и разглаживает кожу.

МАСКА-СКРАБ

Маска из ламинарии и сама по себе прекрасно освобождает кожу от омертвевших частиц, но если вам требуется усилить ее пилинговые свойства, перед удалением маски с кожи возьмите на пальцы немного сухой ламинарии и помассируйте кожу легкими движениями. И только после этого смывайте маску.

Сухой порошок ламинарии будет действовать как абразивные частички скраба, а мягкая основа маски не даст скрабу поранить даже самую чувствительную кожу.



КРЕМ ВОКРУГ ГЛАЗ

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ

У меня наместились морщинки вокруг глаз, поэтому я купила крем для кожи вокруг глаз и начала им пользоваться. Результат мне понравился, но почему-то теперь у меня почти всегда припухшие веки. Может быть, я не так пользуюсь кремом?

Припухшие веки часто бывают результатом неправильного нанесения крема. Видимо, Вы наносите его прямо на веки, а следует только на подбровные дуги, на кожу под глазами, где прощупывается кость глазницы, и в наружных уголках глаз. Если наносить крем на эти места, то за ночь крем не только впитается, он постепенно «опустится» и на сами веки, но в незначительном количестве. А если наносить крем непосредственно на веки, он будет впитываться в кожу всю ночь, и утром веки будут припухшими.

ЧТОБЫ НОС НЕ КРАСНЕЛ В МОРОЗ

Краснеющий на морозе нос портит не только ваш внешний вид, но и настроение. Чтобы не допускать этого, займитесь профилактикой. Разведите лавандовый или камфорный спирт водой (достаточно взять по 1 ч. ложке спирта и воды) и по утрам протирайте нос и давайте высохнуть (несколько раз), а затем умывайтесь холодной водой. Этот прием сужает сосуды кожи.

Можно протирать нос соевым раствором, но предварительно «рассол» следует довести до кипения и охладить.

Если вы уже обморозили нос, уши, щеки или руки, приготовьте целебную мазь из киви. Пюре 1 очищенного плода смешайте с 1 ч. ложкой оливкового масла и смазывайте этой мазью пострадавшие от мороза места.



ОВСЯНКА ВМЕСТО... МЫЛА

Если ваша кожа часто бывает раздраженной и покрасневшей, используйте для умывания вместо мыла овсяные хлопья. Но сначала геркулес надо смолоть в кофемолке в муку. Заверните горстку овсяной муки в носовую платок, завяжите его, намочите, отожмите и пользуйтесь как мочалкой.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА



10 Ваше тело ЯЗЫК ВВЕРХ!

Если в стрессовой ситуации вы привыкли сжимать челюсти до зубного скрежета, помните: сильное напряжение лицевых мышц приводит к жесточайшей головной боли. Приучите себя в стрессовые моменты поднимать язык вверх и прижимать его к нёбу. При таком положении языка невозможно крепко сжать челюсти.



ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА ДЛЯ СТОЛА

Легко подхватываете вирусные инфекции? В осенне-зимний период начинайте свой рабочий день с дезинфекции рабочего стола в офисе. Исследования показали, что на нем скапливается в 400 раз больше бактерий, чем в общественном туалете. Если в вашем кабинете кто-то пожаловался на плохое самочувствие, часто чихает или кашляет, то стол желательно протереть еще и в середине дня.



ОЙ, КАК ЖИВОТ БОЛИТ!

Болезненная менструация — это очень неприятно. Те, кто этим страдает, завидуют своим подругам, которых боль не мучит, черной завистью и ходят по врачам, чтобы найти причину этой боли. Но гинекологи разводят руками и говорят: «У вас все в порядке. А боль — это особенность вашего организма». И тут они правы. Причем такая особенность организма касается не только менструальных болей, а боли вообще. Наш организм изначально позаботился о нейтрализации боли, не надеясь, что будут изобретены анальгетики. Он вырабатывает болеутоляющие вещества — бета-эндорфины. У тех женщин, чей организм вырабатывает этих чудесных веществ мало, и менструации болезненные, и любую другую боль они переносят очень плохо.

ВНИМАНИЕ! Если вы нормально переносите другую боль, возможно, неприятные ощущения во время менструации связаны не с ней, а с сопутствующими ей запорами, которые дают неприятную тянущую боль внизу живота.



ДЛЯ ПРОТИВНИЦ ПЕРЧАТОК

Сколько бы ни рекомендовали нам делать домашнюю работу в резиновых перчатках, очень многие этой рекомендации не следуют. Как следствие пренебрежения перчатками — высушенная щелочными моющими средствами кожа рук. После работы, прежде чем наносить на руки крем, восстановите pH кожи. Налейте в стакан чуть теплой воды и капните 2-3 капли уксуса, а затем ополосните этой водой вымытые руки. Слабый раствор кислоты восстановит кислотно-щелочной баланс кожи, и нанесенный на нее крем подействует лучше. Если пользоваться этим рецептом постоянно, кожа на руках не будет пересыхать.

«ЭХ, ПРОКАЧУ!»



Все мы знаем, что начинать тренировку нужно с разминки, а завершать растяжкой мышц. Но выполняют эти правила единицы. Вот и появляются боли в мышцах, суставах и даже проблемы с осанкой. Если вы испытываете боли в мышцах после занятий спортом или физической нагрузки, ведете малоподвижный образ жизни или весь день ходите на каблуках, вам необходимо выполнять простые упражнения с фоам-роллером. Фоам-роллер — это приспособление в виде цилиндра, покрытого мягкой пеной.

Регулярное использование фоам-роллера помогает устранить мышечное напряжение, развить навыки баланса, улучшить осанку, подтянуть мышцы. Занятия с ним полезны и тем, кто занимается спортом, и тем, кто им не занимается.

Общая техника выполнения упражнений: медленно перекачивайтесь по роллеру взад и вперед в течение 20-30 секунд. Дышите ровно и глубоко, чтобы помочь мышцам расслабиться. Роллер всегда должен находиться только под мышцами и никогда — под суставами.

Возникающая во время первых тренировок боль — нормальная реакция мышц на нагрузку. Но когда вы втянетесь, после занятий будете чувствовать легкость и подвижность.

УПРАЖНЕНИЕ 2

Для межреберных мышц

Исходное положение: лягте на правый бок, фоам-роллер поместите под мышку, расположив его перпендикулярно телу. Опирайтесь на правое предплечье и согнутую левую ногу, а для равновесия — на левую руку (см. фото).

Перемещайтесь по роллеру вперед-назад от подмышки до талии. Повторите с другой стороны.

Для максимального воздействия продвиньте вперед опорную руку.

УПРАЖНЕНИЕ 1

Для мышц грудного отдела позвоночника

Исходное положение: лягте на фоам-роллер так, чтобы он оказался под лопатками. Руки скрестите за головой. Ноги согните в коленях и, опираясь на них, оторвите поясницу от пола.

Перекачивайтесь по роллеру от лопаток до поясницы так, чтобы он разминал мышцы спины.

Не поднимайте голову и не смотрите на ноги во время упражнения, чтобы не перегрузить мышцы спины. Шея и голова должны быть параллельны полу.

УПРАЖНЕНИЕ 3

Для мышц передней поверхности бедра

Исходное положение: лягте на живот, роллер поместите под бедро. Прямые ноги вытяните, не касаясь пола.

Опираясь на предплечья, «раскатывайте» мышцы от тазобедренного до коленного сустава. Пресс держите напряженным, в пояснице не прогибайтесь.

Для увеличения нагрузки на мышцы положите вытянутые ноги одна на другую.

Следите, чтобы роллер не попал под сустав!

ЯБЛОКО ПЛЮС...

Все знают, насколько полезны яблоки, но если к ним добавить еще пару овощей, то они становятся совершенно незаменимыми для здоровья.

Яблоко + морковь + корень имбиря = хорошо чистят системы организма от токсинов и шлаков и поддерживают их нормальную работу.

Яблоко + огурец + черешки сельдерея = предотвращают рак, снижают холестерин, снимают расстройство желудка и головную боль.

Яблоко + помидор + морковь = улучшают цвет лица и облегчают дыхание.

Вам нравится действие таких «салатиков»? Делайте их в этом составе или добавляйте дополнительные ингредиенты и ешьте чаще, заправляя растительным маслом, лимонным соком и медом.

Если вы попали в стрессовую ситуацию или вокруг вас разгорается скандал и вам надо успокоиться — разрежьте зеленое яблоко и вдыхайте его аромат, пока не поймете, что расслабились.

ТРИ ПОРЦИИ РЫБЫ, ПОЖАЛУЙСТА!

Вы много раз писали о том, как полезны для сохранения молодости кожи и нашего здоровья жирные кислоты омега-3, которых много в жирной морской рыбе. А сколько надо есть этой рыбы? Чем больше, тем лучше?

Жирные кислоты, как и все витамины и минералы, необходимо получать в определенном количестве, чтобы от них был толк. Считается, что три порции рыбы весом 150 г в неделю вполне удовлетворяют потребность в омега-3. Больше всего жирных кислот содержится в лососевых, особенно в семге и форели, а также в тунце и сардинах.



ПРИЧИНА В ЧАЕ

Думаете, почему в Китае такая высокая рождаемость? Они пьют чай. Такое утверждение кажется смешным только тем, кто не знает, что способность зачать и выносить ребенка у женщин, что пьют чай, в два раза выше, чем у остальных. В чае содержатся ксантины и полифенолы, которые способствуют развитию яйцеклетки и эмбриона.

Хотите забеременеть, а не получается — пейте чай. Но не литрами, конечно. Пары-тройки чашек в день вполне достаточно.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА

УПРАЖНЕНИЕ 4

Для мышц внешней поверхности бедра

Исходное положение: Исядите правым бедром на foam-роллер, опираясь на правую руку. Левую ногу согните и поставьте перед правой. Ногу на роллере держите расслабленной.

Медленно перекачивайтесь вперед-назад от тазобедренного сустава до коленного. Затем поменяйте ноги.

Чтобы усилить воздействие на мышцы, положите обе ноги на роллер, опираясь только на руки.

УПРАЖНЕНИЕ 5

Для мышц ягодиц

Исходное положение: Исядите на роллер, как показано на фото. Перенесите вес на правую сторону. Опирайтесь на руки и левую согнутую ногу.

Перемещайтесь по роллеру вперед-назад от ягодиц до коленей, задерживаясь в конечных точках на несколько секунд. Повторите с другой стороны.

Перекачиваясь по роллеру, помогайте себе руками.

УПРАЖНЕНИЕ 6

Для мышц задней поверхности бедра

Исходное положение: Исядите на пол, foam-роллер положите под колени.

Выполнение: опираясь на руки, поднимитесь над полом и начинайте перекачиваться по роллеру, разминая мышцы от коленей до ягодиц.

Для усиления эффекта можете слегка выворачивать бедра внутрь и наружу или прорабатывать мышцы каждой

ноги отдельно, положив одну ногу на другую.

УПРАЖНЕНИЕ 7

Для икроножных мышц

Исходное положение: Исядите на пол, foam-роллер положите под голени.

Опираясь на руки, поднимите корпус над полом и перемещайтесь по роллеру вперед-назад, от лодыжки до колена.

Не опускайтесь на пол, следите, чтобы спина оставалась прямой.

УПРАЖНЕНИЕ 8

Для голеней

Исходное положение: Истаньте на роллер так, чтобы он оказался чуть ниже коленей. Руки поставьте на пол на ширину плеч.

Перекачивайтесь по роллеру голенями вперед-назад, наклоняя корпус.

Ни в коем случае не опирайтесь на коленные чашечки: вы можете травмировать их.

Подготовила Олеся СПЕРАНСКАЯ



На вопросы читательниц отвечает

кандидат медицинских наук акушер-гинеколог

Виолетта ЗАСЛАВСКАЯ



АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:

394000, Воронеж, Г/п, а/я 537, «Веста»,
«Скажите, доктор...»**Лечится ли трубное бесплодие?**

При трубном бесплодии непроходимость может быть полной или частичной. При диагностировании полной непроходимости маточная труба непроходима во всех отделах и участках, а при частичной непроходимостью может быть только какой-то один участок трубы. Даже наличие проходимости в одной маточной трубе достаточно для беременности, но если эта единственная труба имеет малейшую деформацию или сужение, это может стать большим препятствием для сперматозоидов и значительно увеличивает возможность внематочной беременности, поскольку оплодотворенная яйцеклетка не сможет пройти по трубе к матке.

Если присутствует полная непроходимость, маточная труба может быть наполнена жидкостью (гидросальпингс). Иногда случается формирование единичных рубцов, которые частично прикрывают просвет трубы. В таком случае беременность возможна, но шансы на ее наступление ничтожно малы. Следует отметить, что такая частичная непроходимость значительно увеличивает возможность внематочной беременности. Трубное бесплодие очень тяжело поддается лечению. Применяются как хирургическое, так и лечение с помощью медикаментов.

Медикаментозное лечение направлено на лечение инфекций половых органов. Но такой вид лечения малоэффективен и не ликвидирует непроходимость маточных труб.

Если эффект от медикаментозного лечения не наступает на протяжении 1,5-2 лет, то показано

хирургическое лечение (лапароскопия).

В прошлом наиболее часто применяли метод гидротубации, которая представляет собой промывание труб с помощью лекарственных препаратов, которые вводятся под давлением. Сейчас этот метод почти не применяется.

Если лечение трубного бесплодия неэффективно, то шанс забеременеть женщина имеет только посредством ЭКО (экстракорпорального оплодотворения).

Можно ли при опущении матки иметь детей?

Конечно, можно. Данное состояние никак не влияет на репродуктивную функцию.

У меня миома размером 7-8 недель. Лечение никакого не назначают. Правильно ли это?

Все зависит от ситуации и индивидуальных особенностей.

Предположим, миома за время регулярного наблюдения не растет и ничем не беспокоит. Размеры у нее средние. Тогда вполне допустимо невмешательство. Достаточно три раза в год делать УЗИ и наблюдать за развитием событий. Если Вы находитесь в репродуктивном возрасте, и Вам нужна контрацепция, то прием противозачаточных препаратов будет по совместительству являться лечением миомы. Но миому вылечить консервативно невозможно! Таким способом можно лишь приостановить ее рост и убрать неприятную симптоматику, если она есть. Как только будет замечен рост узлов в динамике и появление жалоб, сразу же нужно будет подбирать способ лечения.

ТЕМНОТА ПРОТИВ РАКА

Чем выше в организме человека содержание мелатонина, который образуется только в темноте, тем меньше риск заболевания раком. Этот вывод сделали шведские ученые, обнаружившие, что у незрячих пациентов онкологические заболевания встречаются гораздо реже, чем у людей видящих. И чем больше у людей нарушено зрение, тем реже у них встречается это грозное заболевание.

БОЛЕУТОЛЯЮЩЕЕ... ПЕНИЕ

Людям, страдающим мигренью, швейцарские врачи рекомендуют почаще слушать пение птиц. В сочетании с медикаментами, их пение способно снимать эту ужасную боль. Идеально, конечно, завести пару-тройку канареек, и, как только чувствуешь приближение приступа мигрени, подойти к клеткам, где беззаботно и радостно щебечут эти милые птички. Но можно воспользоваться аудиозаписью: и для обезболивания, и для релаксации.

**ГОРЧИЧНЫЙ СПРЕЙ**

Все знают, что при начинающейся простуде или ОРВИ очень хорошо насыпать в носки горчичный порошок и лечь в них спать. А при подозрении бронхита горчичники — чуть ли не лучший способ лечения.

Австрийские эпидемиологи, отдавая должное народной медицине, изобрели оригинальный способ профилактики гриппа: обрабатывали помещения офисов спреем, содержащим горчичный порошок. В результате такой обработки находящиеся в помещении заболели острыми вирусными инфекциями в 10 раз реже, чем те, кто были в других кабинетах.

И всё бы было просто отлично, если бы не противопоказания: людям, страдающим хроническими заболеваниями почек или туберкулезом, такой спрей противопоказан.



ОТВЕТЫ мамам



На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Мне 25 лет. После переохлаждения начался цистит (было больно мочиться). Пошла к урологу, но врач сказал, что анализ мочи хороший, и по его части я здорова, а нужно обращаться к гинекологу. При осмотре у меня нашли остроконечные кондиломы, и гинеколог сказала, что именно они могут вызывать боль при мочеиспускании. Мне назначили противовоспалительное лечение, а кондиломы прижгли солкодермом. Некоторое время все было хорошо, но затем появились какие-то необычные выделения и зуд. Пошла к гинекологу, оказалось, что кондиломы выросли заново. Их снова прижгли. Но через 2 месяца они появились снова. Я уже замучилась, прижигание — не самая приятная процедура, тем более, что толку от этого, видимо, нет. Я боюсь жить половой жизнью, вдруг я заражу своего молодого человека! Может, нужно полечиться изнутри, чтобы убить инфекцию?

Остроконечные кондиломы — вирусное заболевание. Причина его — вирус папилломы человека (ВПЧ). Передаваться может как половым путем, так и бытовым. Однако, ВПЧ — паразит. Он не будет активничать, если иммунная система нормально работает.

Когда имеются активные проявления папилломавирусной инфекции, тем более, когда имеют место рецидивы после удаления кондилом, это свидетельствует о том, что не все благополучно. В дан-

У нас с мужем глаза разного цвета: карие и голубые. Какие глаза могут быть у нашего ребенка? Говорят, что у малышей свой цвет — синий, правда ли это?

Цвет глаз у детей определяется генетическими факторами и напрямую зависит от того, какого цвета глаза у его родителей. Большинство малышей рождаются со светло-голубыми глазками, но со временем цвет их может измениться. С чем связан этот феномен?

Цвет глаз формируется вследствие присутствия в радужной оболочке особого пигмента — меланина. Чем меньше меланина, тем светлее радужная оболочка. При рождении у младенцев содержание в радужке данного пигмента очень мало, поэтому у всех малышей глаза светлые (голубые, синие). Клетки, вырабатывающие пигмент, называются меланоциты. Они начинают функционировать после рождения и

постепенно, по мере роста, у ребенка будет изменяться цвет глаз. Какого цвета будут глаза у взрослого человека, можно определить уже у трехлетнего младенца. Правда, специалисты считают, что окончательный оттенок будет ясен только к 10-12 годам, так как только к этому времени в радужке накопится ровно столько пигмента, сколько запрограммировано генетически.

Светлые глаза (голубые, серые) будут у ребенка, если и у его родителей глаза светлые. При сочетании темных и светлых глаз чаще всего цвет радужной оболочки будет темным, так как этот признак доминантный (то есть, подавляющий другие). Впрочем, и у кареглазых родителей может быть ребенок со светлым цветом глаз. Это происходит потому, что любой признак в нашем организме обусловлен несколькими генами.

На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА

ном случае необходимо провести полное обследование на все возможные инфекции половых путей, чтобы выявить проблему и устранить ее. Таким образом, Вам необходимо обратиться к гинекологу (думаю, что к другому) и сдать следующие анализы: общий мазок, бак. посев, ПЦР на хламидии, микоплазмы, уреаплазмы, вирус папилломы человека высокого онкогенного риска с типированием. Кроме того, пройти кольпоскопическое исследование (это осмотр шейки матки под увеличением) и сдать соскоб на онкоцитологию. Последние два обследования призваны исключить вирусное поражение шейки матки, которое наиболее опасно.

До выяснения ситуации использовать презерватив или воздерживаться от половых контактов.

Дочери 9 лет. Недавно она переболела ОРВИ, после чего у нее во рту появилось множество папиллом. Пошли к ЛОРу, он нашел папилломы даже на голосовых связках. Нас направили на обследование в КВД, где взяли ПЦР. Обнаружен вирус папилломы человека 6-го и 11-го типов. Мне объяснили, что это — инфекция, передающаяся половым путем, кроме того, что это онкологически опасные типы вируса. Мысли, конечно, возникли всякие, но врач мне сказал, что дети могут заразиться от родителей при тесном контакте в семье. Скажите, пожалуйста, насколько это опасно, чем лечить?

Такое состояние называется «ювенильным папилломатозом». Как правило, оно возникает у детей, заразившихся вирусом папилломы человека в родах от матери. То, что вирус папилломы человека 6-го и 11-го типов относят к категории высокого онко-

генного риска, это правда. Однако это не означает обязательное развитие рака полости рта, хотя и служит одним из провоцирующих факторов.

В данной ситуации необходимо провести хорошее противовирусное лечение с последующим лабораторным контролем (ПЦР на вирус папилломы человека 6, 11) через 6-12 месяцев после окончания терапии. У детей, как правило, на фоне лечения выпадения самостоятельно регрессируют.

В домашних условиях можете пока полечить прополисом (если нет аллергии на продукты пчеловодства): кусочек прополиса размером со спичечную головку ежедневно рассасывать во рту. Эту процедуру проводить в течение 3 месяцев.

Скажите, пожалуйста, можно ли заразиться какими-либо инфекциями при оральном сексе? Я всегда считала, что это безопасно, но с некоторых пор предполагаю, что это не так.

Незащищенный оральный контакт не менее опасен, чем любой другой в плане передачи различных микробов, грибов и вирусов. Уже совершенно четко лабораторно подтверждено, что при оральном сексе можно заразиться сифилисом, гонореей, хламидиозом, микоплазменной и уреаплазменной инфекцией, герпесом, папилломавирусной инфекцией. Кроме того, ротовая полость — прекрасный источник дрожжеподобных грибов, стрептококков, стафилококков. Единственное, чего можно не бояться при оральном контакте — это нежелательной беременности, да и то не всегда.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат
медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Мне 25 лет. Полгода назад родила сына, пока кормлю грудью. Где-то с середины беременности на коже вокруг рта стала появляться краснота и мелкие прыщики. Это не болело и не чесалось, однако выглядело очень неприятно. В тот период я жила далеко от цивилизации, а также боялась что-либо предпринимать из-за беременности: замазывала тональным кремом и ждала, что после родов все пройдет. Не прошло, а стало намного хуже: кроме красноты и прыщиков, появились шелушение и корочки. Еще в роддоме мне посоветовали крем «Авантан». Так как я кормлю, а крем гормональный, я применяю его очень редко. Помогает, но через 2-3 дня «расцветает» снова. Скажите, пожалуйста, что это может быть? К кому мне обратиться? Можно ли авантан заменить на что-то более подходящее в моем случае?

Можно и нужно. У Вас периоральный дерматит, а местные кортикостероиды (авантан в том числе) сами по себе могут служить его причиной.

Обратиться нужно к дерматологу. Сразу предупрежу, что быстро эта проблема не решится, придется повозиться. Поэтому набирайтесь терпения и обретайте искреннюю веру в благоприятный результат.

Пока дам несколько советов, возможно, они окажутся полезными.

Сменить зубную пасту на детскую: зубные пасты для взрослых обогащают фтором, который может быть причиной периорального дерматита, а в детские пасты фтор не добавляют, так как дети могут пасту глотать.

Авантан убрать в холодильник и применять его при других ситуациях (диатез у ребенка, укусы комаров и др.).

Подобрать мягкое очищающее средство для кожи лица (это может быть «Физиогель клинсер», «Сетафил пенка», гель «Ла-кри» и др.). Вместо авантана можно применять крем «Скин-кап» (он обладает выраженным противовоспалительным эффектом, но не содержит кортикостероидных гормонов).

Для нормализации кожного барьера в зоне поражения придется применять средства лечебного ухода: «Дардия липокрем», «Маннатив», «Физиоатив», «Физиогель А. И. крем», «Атопра крем», «Эмолиум крем для лица» и др. Это аптечные средства, которые можно наносить как на все лицо, так и только на зону поражения.

Кроме того, необходима консультация гастроэнтеролога, так как периоральный дерматит очень часто сигнализирует о проблемах желудочно-кишечного тракта.



Помогите, пожалуйста, справиться с бедой! Нашей дочке 2 годика, а у нее угри! Все началось с трехнедельного возраста, когда ее сильно обсыпало: покраснела и зашелушилась кожа на голове, на лице, за ушами и на спинке. Кроме того, появились гнойнички. Думали, что это диатез, пытались лечить — не помогло. Обездили кучу педиатров и дерматологов, пока не попали на кафедру к доценту, который сказал, что это себорейный дерматит и младенческие угри. Помыли и помазали девочку препаратами «Скин-кап» и все, действительно, прошло. Но недолго радовались: через 3 месяца на лице опять высыпали прыщи, которые не проходят и по сей день. По рекомендации дерматолога моемся шампунем «Скин-кап», мажем гелем «Клензит С» — становится лучше. Но стоит сделать перерыв, и опять появляются новые прыщики. А что же будет с нашей девочкой в подростковом возрасте? Может быть, проблема идет изнутри, и надо сдать какие-нибудь анализы? Подскажите, как правильно поступить.

Как ни странно, но и у маленьких детей угри встречаются. Однако в большинстве случаев младенческие угри проходят самостоятельно к 1-1,5 года. Если до сих пор этого не произошло, обязательно проконсультируйте девочку у эндокринолога. При таком затяжном течении младенческих угрей необходимо исключить гиперандрогению (повышение уровня мужских половых гормонов), которая может быть обусловлена различными причинами, как со стороны надпочечников, так и со стороны головного мозга.

Что касается местной терапии, то «Клензит С» я бы сменила на другой препарат, так как длительное применение клиндамицина (он входит в состав препарата) нежелательно. Можно взять простой гель «Клензит» и комбинировать его с гелем «Базирон АС» (лучше 2,5%): один — утром, другой — вечером, или вместо двух этих средств применять гель «Скинорен».

Потом сын (ему 11 лет) в спортлагере подхватил чесотку. Пока разобрались в чем дело, заболели всей семьей. Побежали к дерматологу, нам выписали «Спрегаль», и в доме наступило счастье. Всем стало хорошо, а сын продолжает чесаться уже несколько месяцев. На животе и бедрах у него образовались темно-красные плотные прыщи, которые он раздирает круглосуточно. Нам объяснили, что в этих местах чесоточные клещи «свели гнезда» и никак не позibaют. Пробовали еще несколько раз поливать спрегалем, мазали мазью «Бензил-бензоат» и даже серной мазью, которой провоняла вся квартира. Лучше не стало, только кожа вокруг облезла, и зуд усилился. Как же их вытравить оттуда? Есть ли более действенные средства?

Вас несколько неверно информировали. Те плотные темно-красные прыщи, действительно, связаны с перенесенной чесоткой, но никоим образом не являются «гнездами» или иными резервуарами паразитов. Хотя в прошлом такое мнение имело место, даже в медицинской литературе. На самом деле, клещи давно передохли. Поэтому усиленно обрабатывать кожу антипаразитарными средствами смысла нет — это Вы уже и сами заметили.

Эти высыпания называются посткабиозной лимфоплазией. Уплотнения формируются вследствие активной реакции лимфоидной ткани на раздражение продуктами жизнедеятельности чесоточных клещей. Чаще всего они возникают у длительно болеющих чесоткой. Инфильтраты незаразны!

Что с этим делать? Втирать в них мази с кортикостероидами до полного счастья, которое наступает, как правило, через 3-4 недели такого лечения. Я бы порекомендовала для такого случая мазь (именно мазь, а не крем) «Авантан» — он высокоактивен и в то же время максимально безопасен при длительном использовании. Если не поможет, то в этом случае проводится обкалывание инфильтратов дипроспаном внутрикожно, но это уже должен делать врач.



ВСЕМ ГОСТЯМ ПО КОРОНЕ

Во время зимних каникул в гости часто приходят не только взрослые, но и дети. Чтобы им было веселее играть, вырежьте им короны из картонных одноразовых тарелок большого диаметра. Можно делать просто забавные короны, а можно каждый раз вырезать их по теме игры: для зверушек, для принцесс, для волшебниц. А раскрасить их дети при желании могут и сами.



УГОЛОК ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

Нашей дочери четыре года, она перестала помещаться в детской кроватке, и мы купили ей новую. Муж предлагает ненужную теперь кроватку разобрать и вынести в сарай до того момента, как мы решим родить второго ребенка. Я против, потому что в сарае сыро, грязно и водятся мыши. Как кроватку ни упаковывай, все равно, мне кажется, ее потом не отмоешь так, чтобы можно было без опаски класть в нее младенца. Муж говорит, что все это чепуха. Как мне его переубедить?

А вы не убеждайте его, а предложите ему переоборудовать кроватку в уголок для творчества для Вашей дочки. Надо всего лишь снять с кровати одну боковую решетку, на вторую на подвесных крючках повесить емкости для карандашей, мелков, блокнотиков, бумаги. Матрац убрать, а на дно постелить выкрашенный в черный цвет кусок фанеры. Увидите, с каким удовольствием Ваша девочка станет проводить время за этим импровизированным столом: рисовать, лепить, раскрашивать. А под кроваткой можно будет устраивать домики для кукол.

Даже если кроватка и не «доживет» в целости и сохранности до братика или сестрички, она принесет пользу, а не сгниет в сарае.



ОСТОРОЖНО! ЗУБНАЯ ПАСТА!

Ваш малыш наконец-то научился сам чистить зубы? Тогда вам обязательно надо помнить о двух важных моментах, связанных с этой ежедневной процедурой.

● Не оставляйте малыша на время чистки зубов одного в ванной и обязательно уберите повыше зубную пасту для взрослых и эликсир для зубов. Он особенно опасен для детишек, так как, во-первых, содержит алкоголь, а во-вторых, не предназначен для глотания, и при употреблении внутрь может вызвать у малыша сильнейшее отравление.

● Не покупайте для детей в возрасте до пяти лет зубную пасту со фтором. Она, конечно, полезна для зубов, но требует очень тщательного выполаскивания полости рта, чего малыш сделать еще не в состоянии. А если хоть немного фтора остается во рту, на слизистой могут появиться язвочки, похожие на стоматит. Кроме того, паста со фтором при длительном применении вызывает появление на молочных зубах коричневых пятнышек, похожих на кариес.

И не думайте, что теперь можно вздохнуть свободно. Пока вашему ребенку не исполнится шесть лет, процесс чистки зубов желателен контролировать, так как детям трудно выдавить нужное количество пасты, они не выдерживают время и чистят зубы кое-как, к тому же, им трудно сплевывать воду при полоскании, поэтому они либо не так тщательно выполаскивают зубы, либо глотают часть воды.

КРАСКИ ДЛЯ ПАЛЬЧИКОВОГО РИСОВАНИЯ

Не выбрасывайте пластиковые бутылочки из-под кетчупа и других соусов, они замечательно подходят для хранения красок для пальчикового рисования, которое обожают малыши. На этот вид творчества красок не напасешься, но их можно приготовить дома, причем из съедобных ингредиентов, на тот случай, если малышу вдруг захочется слизать с пальцев это разноцветное чудо.

Смешайте до однородной массы равные объемы соли, воды и муки, разлейте смесь по нескольким емкостям, добавьте в них разные пищевые красители, тщательно перемешайте и перелейте в бутылочки.



Подготовила Галина УШАКОВА

10 ПРОСТЫХ ВЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ СТОИТ ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ НЕ НАВРЕДИТЬ ЗДОРОВЬЮ

Как показывают многочисленные исследования в различных сферах жизни, организация собственной окружающей среды — начиная с того места, куда вы положите вымытые продукты на кухне, и заканчивая тем, которое вы выбираете на занятиях фитнесом, — оказывается, совсем не безразлична для... здоровья.

Для него важно не только, ЧТО вы делаете, но и КАК, ГДЕ и КОГДА.

На первый взгляд кажется — мелочь. Но это не так.

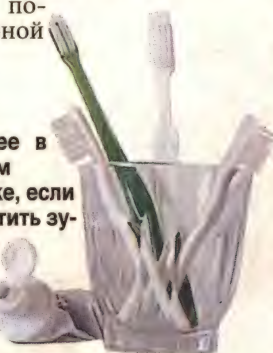
НЕ СТОИТ

ОСТАВЛЯТЬ ЗУБНУЮ ЩЕТКУ В ОТКРЫТОМ СТАКАНЧИКЕ,

если в вашей квартире совмещенный санузел. Даже если в ванной комнате поддерживается идеальная чистота, на 1 см² поверхности среднестатистического унитаза, согласно результатам исследований ученых, содержится около 3 500 000 микроорганизмов. При смывании они распыляются на расстояние до 2 метров, оседая на окружающих предметах: умывальнике, полочке и... зубной щетке.

ЛУЧШЕ

Хранить ее в закрытом шкафчике, если вы не хотите чистить зубы щеткой с микробами из унитаза. Футляр для щетки — тоже не выход: в маленьком закрытом пространстве микробы, попавшие на щетку, замечательно размножаются.



НЕ СТОИТ,

ЛОЖАТЬСЯ СПАТЬ, КУТАТЬСЯ В ТЕПЛОЕ ОДЕЯЛО,

если вы с трудом засыпаете. Перегрев тела не даст вам заснуть, ведь именно постепенное понижение его температуры приводит мозг к торможению, мы впадаем в дремоту и засыпаем. Чтобы облегчить процесс, научитесь отдавать тепло с поверхности ладоней и ступней.



ЛУЧШЕ

Незадолго до того, как ложиться спать, наденьте теплые носки и походите в них некоторое время, чтобы расширить кровеносные сосу-

ды и согреть ноги. А когда ложитесь в постель, снимите носки, укройтесь одеялом и высуньте одну ножку и ладони из-под одеяла. Постепенное охлаждение, не доставляющее дискомфорта, скоро приведет вас к спокойному сну.

НЕ СТОИТ

РАЗМОРАЖИВАТЬ МЯСО, ПТИЦУ И РЫБУ

при комнатной температуре. За то время, пока продукты полностью оттают, в верхнем слое их уже успеют размножиться вредные микроорганизмы.

ЛУЧШЕ

Размораживать пищу в холодильнике (где холод не даст микробам размножиться) или микроволновке (где их погубят сверхвысокие частоты). В крайнем случае, вы можете поместить замороженные продукты в герметичный пакет, опустить в холодную воду и менять ее каждые 30 минут.



НЕ СТОИТ

ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАРИНАД ИЗ-ПОД СЫРОГО МЯСА ИЛИ РЫБЫ.

Вынув продукты из маринада, остатки жидкости следует вылить, потому что она полна бактерий, попавших в нее из мяса или рыбы. Даже овощи, использованные для маринада (лук, помидоры, чеснок, зелень), безжалостно выбрасывайте. По той же причине.

ЛУЧШЕ

Отлить немного маринада, если рецепт предполагает его дальнейшее использование, до того, как вы положите в него мясо или рыбу.

НЕ СТОИТ

ВЕШАТЬ ЗАПИСКУ-НАПОМИНАНИЕ НА ХОЛОДИЛЬНИК,

если она связана со здоровьем или с чем-то важным: например, о том, что вам сегодня нужно записаться на прием к врачу, не забыть выпить таблетки или посетить бассейн. Конечно, визуальное напоминание о важных вещах помогает, но лишь в том случае, если вы его заметите!

А если на холодильнике уже висит множество магнитиков, детских рисунков и фотографий, еще одна бумажка-напоминание там просто затеряется.

ЛУЧШЕ

Прикрепите ее скотчем к зеркалу в прихожей. Когда перед выходом из дома вы бросите в него «прощальный взгляд», то обязательно увидите важное напоминание!

НЕ СТОИТ

ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СРЕДНИМИ КАБИНКАМИ В ОБЩЕСТВЕННОМ ТУАЛЕТЕ,

так как, согласно исследованиям ученых, в кабинках, расположенных посередине, содержится гораздо больше возбудителей инфекционных заболеваний, чем в крайних. Конечно, вы не заразитесь опасными инфекциями, посетив среднюю кабинку общественного туалета, но унесете с собой огромное количество бактерий, если, прикоснувшись к дверной ручке, забудете потом помыть руки.

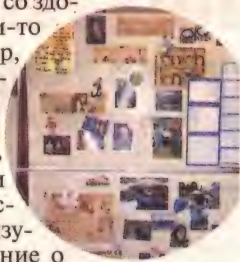
ЛУЧШЕ

Выбрать самую дальнюю кабинку или одну из расположенных по краям, чтобы снизить до минимума возможность попадания бактерий на руки, сумочку и одежду.

НЕ СТОИТ

ПРОБИВАТЬСЯ В ПЕРВЫЙ РЯД НА ЗАНЯТИЯХ В ФИТНЕС-КЛУБЕ.

Вы стремитесь занять передний ряд, чтобы лучше видеть свое отражение в зеркале и тщательнее контролировать каждое движение, выполняя упражнения? Но, как пока-



зывают наблюдения специалистов, большинство женщин, занимающихся в первом ряду, недовольны своим отражением и выполняя упражнения, больше думают не о том, как правильно двигаться, а закидываются на недостатках своей фигуры. Это мешает им концентрироваться на занятиях.

ЛУЧШЕ

Расположиться в середине зала, чтобы собственные комплексы, отраженные в больших зеркалах, не мешали занятиям.

НЕ СТОИТ

ЧИТАТЬ ЛЕЖА В ПОСТЕЛИ ПРИ ВЕРХНЕМ ОСВЕЩЕНИИ.

Люстра, висят на потолке, дает очень яркий свет, а он, как известно, замедляет выработку мелатонина в организме. Между тем, высокий уровень мелатонина — один из ключевых факторов хорошего засыпания. При верхнем освещении вы можете читать хоть до утра, но так и не заснуть.

ЛУЧШЕ

Прикрепить маленький фонарик непосредственно к верхнему краю книги. Он позволит вам читать, не освещая при этом комнату и сохраняя достаточную темноту, чтобы мозг мог переключиться на режим сна.

НЕ СТОИТ

КЛАСТЬ ВЫМЫТЫЕ ПРОДУКТЫ НА КУХОННУЮ РАКОВИНУ.

Как показывают проведенные исследования, из всех кухонных поверхностей именно на раковине и ее «крыле» находится больше всего бактерий.

ЛУЧШЕ

Помыли продукты — сразу положите их на тарелку, в кастрюлю или на разделочную доску.

НЕ СТОИТ

СЛУШАТЬ МУЗЫКУ В НАУШНИКАХ В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ.

Конечно, музыка — очень хороший

попутчик, но, как считают ученые, чтобы хорошо слышать музыку в очень шумной среде (грохочущем вагоне метро, гудящем салоне автобуса или самолета), вам придется усилить звук до 89 дБ. А это — уровень, небезопасный для ваших ушей. Он способен вызвать ухудшение слуха на долгое время.

ЛУЧШЕ

Слушать музыку там, где окружающий шум не мешает вам наслаждаться ею.

Если же вы не можете откататься от привычки слушать музыку в автобусе, подумайте о том, чтобы приобрести особые, шумопоглощающие наушники.



НЕ СТОИТ

БРАТЬ БИЛЕТ В САМОЛЕТ НА МЕСТО В КОНЦЕ САЛОНА,

если вы плохо переносите полет и вас укачивает. Представьте себе качели-перекладину. Чем дальше от центра вы находитесь, тем больше амплитуда раскачивания вверх и вниз. То же самое происходит и с самолетом. Из-за того, что хвост самолета длиннее его передней части, это — наиболее трясущееся и раскачивающееся место в самолете.

ЛУЧШЕ

Выбирайте места, расположенные как можно ближе к крыльям. Здесь тряхи и качать будет меньше всего.



КИЗИЛ ОБЫКНОВЕННЫЙ, или мужской

Cornus mas. L.

Листопадный кустарник или небольшое дерево из семейства кизиловых, высотой 3-5 м. Стволы старых деревьев достигают диаметра 25 см (до 45 см), покрыты серой растрескавшейся корой. Боковые побеги от главного ствола направлены вверх почти вертикально. Листья с обеих сторон покрыты прижатыми щетинками, которые легко обламываются и, попадая на кожу человека, вызывают неприятный зуд.

Цветки ярко-желтые, собраны по 5-9 в зонтиковидные соцветия диаметром около 1 см. Опыляются насекомыми.

Плоды — крупные цилиндрические или грушевидные (реже шаровидные) костянки длиной до 3,5 см и диаметром до 2 см, с сочной мякотью кисло-сладкого, слегка вяжущего вкуса. Терпкость плодов уменьшается при полном созревании и после морозов. В каждой костянке заключены по 1-2 продолговатой косточке. Окраска (от розовой до темно-красной), форма и размеры плодов у разных особей сильно варьируют.

Цветет кизил в марте-апреле, до распускания листьев. Плоды созревают в августе-сентябре. Растение засухоустойчиво, нетребовательно к почве. Целебными свойствами обладают как дикорастущий кизил, так и его культурные сорта. Размножается семенами, молодые сеянцы растут очень медленно. Отдельные деревья живут до 250 лет.

Дикорастущий кизил распространен в горах Кавказа, в Крыму, в Карпатах, в Малой Азии, в некоторых районах южной Европы. Растет в подлеске лиственных лесов, на их опушках и полянах в нижнем и среднем поясах. Издавна кизил разводят близ домов и в садах, выведены даже особо крупноплодные сорта.

В России посадки кизила можно встретить в районах Северного Кавказа, в Астраханской области, в лесных полосах Ростовской области, Краснодарского и Ставропольского края.

Народная медицина использует плоды, семена (косточки), листья и кору кизила. Листья собирают после отцветания растений. Кору заготавливают весной в период сокодвижения с деревьев, подлежащих вырубке.

Плоды собирают после созревания.

Плоды кизила содержат глюкозу, фруктозу, яблочную кислоту, пектин, дубильные и красящие вещества, эфирное масло, витамины С и Р. По содержанию аскорбиновой кислоты плоды кизила превосходят цитрусовые. В семенах много жирного масла.

Кизил был известен еще в Древней Греции: его солили,

как маслины.

В древней медицине плоды кизила и кора надземной части кустарника применялись в качестве противоядия и ранозаживляющего средства. Сок плодов принимали внутрь и делали с ним повязки на места укусов ядовитых змей. Китайская медицина рекомендует плоды кизила как общеукрепляющее и тонизирующее средство при туберкулезе, болях в пояснице, учащенном мочеиспускании и шум в ушах. В Америке корни и кору ветвей кизила употребляют вместо хинина при малярии.

На Кавказе сок из свежих листьев кизила применяют как глазные капли. Из отвара листьев и ячменной муки делают пластырь для лечения нарывов. Отвар из смолотых в порошок косточек кизила и напиток, приготовленный из жареных косточек, как кофе, дают при поносе. Отвар корней кизила принимают внутрь при ревматизме.

Сок, варенье и компот из плодов в народной медицине рекомендуют **при малокровии, болезнях печени, подагре, сахарном диабете, в качестве сокогонного, желчегонного и**

мочегонного средства. Для лечения этих же болезней можно применить отвар и настой кизила.

Средства из плодов и листьев кизила применяют в народной медицине **при желудочно-кишечных заболеваниях как вяжущие и дезинфицирующие средства.** Они убивают многие болезнетворные микроорганизмы, даже дизентерийную палочку и возбудители тифа.

■ **При головной боли** на лоб накладывают мокрую марлю, намазав на нее толстым слоем пюре из отваренных плодов кизила.

■ **При простуде** помогает чай с кизиловым вареньем.

■ **При хроническом холецистите** готовят отвар плодов или листьев кизила: 50 г свежих плодов или 35 г листьев заливают 2 стаканами воды, кипятят на медленном огне 15-20 минут, процеживают и после остывания принимают по 0,5 стакана 4 раза в день до еды.

■ **При поносе** 2 ст. ложки сухих листьев или свежих плодов кизила варят в 1 стакане воды на слабом огне 10-15 минут, мякоть плодов разминают в отваре и дают настояться в течение 8 часов. Принимают по 0,5 стакана 2-3 раза в день перед едой.

■ **Как тонизирующее средство используют отвар корней:** 1 ч. ложку измельченных корней отварить в 1 стакане воды, настаивать 2 часа. Процедить и принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день.

■ **При малокровии, болезнях печени, подагре, сахарном диабете** пьют отвар из листьев или плодов кизила.

1 ст. ложку листьев заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 15 минут, после остывания процеживают через 2-3 слоя марли и доводят объем кипяченой водой до исходного. Принимают до еды по 1/3 стакана 3 раза в день.

2 ст. ложки плодов кизила заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят 30 минут, сразу же процеживают и доводят объем до исходного. Принимают по 1/2 стакана 3 раза в день.

Как тонизирующее и возбуждающее средство применяют отвар коры: 1 ст. ложка сырья на 1 стакан кипятка. Нагревают на водяной бане 30 минут, пьют по 2 ст. ложки 3-4 раза в день.

Лилия ГЛЕБОВА





ВМЕСТО БОЛЬШОГО ГОРШКА

Крупные комнатные растения очень украшают интерьер, особенно если они высажены в горшки необычной формы или расцветки. Поскольку емкость для крупномеров стоит дорого, можно сделать ее из обычной жестяной банки из-под лака, который уже высох. На крайний случай вы можете использовать под емкость любую непротекающую тару квадратной, прямоугольной или цилиндрической формы.

Высадите в выбранную емкость растение, а саму емкость оберните отрезком солнцезащитной шторы из тонких бамбуковых прутьев. Верх обертки должен выступать над краем емкости на 3-5 см. Закрепите обертку клеевым пистолетом. Для большей декоративности замаскируйте грунт галькой, голышами или декоративными камнями, которые продают в хозяйственных супермаркетах. Камни можно выкрасить в любой нужный вам цвет.

ЗЕЛЕНЫЙ ШАР

Очень многие хозяйки любят плющ за его неприхотливость и быстрый рост. Но длинные плети плюща, расползающиеся по стенам и мебели, выглядят не особенно выигрышно. Предлагаем сделать из проволоки вместилище для горшка и шар. Поставьте горшок внутрь проволочного шара и подвесьте его к потолку так, чтобы было удобно поливать. Если вы станете распределять растущие плети плюща по проволоке, то уже через пару месяцев у вас будет висеть под потолком замечательный желто-зеленый шар.



В МОЛОДЕЖНОМ СТИЛЕ

Необычным и оригинальным украшением комнаты, в которой живет подросток или молодой человек, станет джинсовая куртка, пропущенная цветами.

В карманы старой куртки вставьте пакеты из плотного полиэтилена (прекрасно подойдут пакеты из-под молока), заполненные грунтом с высаженными в него неприхотливыми растениями. Останется только повесить куртку на вбитый в стену гвоздь и задрапировать ее складки так, чтобы растения были видны со всех сторон и не мешали друг другу.



Зимой глазам очень не хватает зелени, хочется ярких красок, и достаточно свободного времени, чтобы из подручных средств создать уют в своем доме.

И КРАСИВО, И ПОЛЕЗНО

ЭТАЖЕРКА ДЛЯ ФИАЛОК

Если вы любите фиалки, наверняка, вам понравится идея сделать для них этажерку. Вам понадобятся подставка под торт, миска и плоское блюдо меньшего диаметра, но того же цвета.

Поставьте на подставку стеклянную миску или салатник, сверху — блюдо, скрепите все детали с помощью мощью клеевого пистолета.

Пересадите фиалки в оставшиеся без пар чашки и кружки и выставите по кругу на этажерку. Кстати, поставленные в два этажа фиалки освободят вам место на подоконнике.



Зима — очень суровое для комнатных растений время. Особенно для тех, которых не «отправляют в отпуск», то есть, не устраивают им холодной зимовки в определенных условиях, чтобы они впадали в спячку. Они продолжают зимой обычную жизнь и часто страдают от болезней. А вызывают их следующие причины.

ИСПЫТАНИЕ ЗИМОЙ

ИЗЛИШНЯЯ СУХОСТЬ ВОЗДУХА

На моих любимых кротонах появился налет, похожий на вату. Среди этого налета видны какие-то не то насекомые, не то червяки. Что делать? Я разводила кротоны с разной окраской три года.

В аши кротоны поражены мучнистым червецом. По счастью, налет, похожий на вату — это первая стадия поражения. Далее обычно на листьях появляется налет, который называется «медвяная роса». Листья становятся как будто облитыми сахарным сиропом. На них потом поселяется сажистый гриб, который высасывает сок из побегов, листьев, бутонов, замедляет рост растения и приводит их к гибели.

Причиной появления червеца, скорее всего, является слишком сухой воздух в Вашей квартире. Червецы очень его любят и, соответственно, боятся влаги. Если регулярно мыть листья домашних растений, червецы на них не появляются.

Удалите сильно пораженные листья, а те, на которых ватных

выделений мало, тщательно вымойте мягкой щеткой или ватным тампоном, смоченным в мыльной воде, затем проведите трехкратное опрыскивание (с недельным интервалом) раствором зеленого мыла (10-15 г мыла на 1 л воды) или обтирание листьев разведенной пополам с водой настойкой календулы (аптечный препарат).

Если Ваши растения сильно поражены, придется воспользоваться химическими инсектицидами. С интервалом в 7 дней опрыскивайте пострадавших питомцев одним из следующих средств: тиофосом, актеликом, вертимеком, нуреллом-Д, фозаломом, фитовермом, фосфамидом, метафосом (очень токсичен). Возможно, Вам придется применить несколько разных препаратов, чтобы выбрать наиболее эффективный.

В настоящее время считается, что лучше всего помогают

бороться с червецом препараты, в состав которых входит пиретрум (порошок сухих цветков ромашки — далматской, кавказской или персидской). Он растворяется в соках растения, и отравляет насекомых,



которые питаются этими соками. **ВНИМАНИЕ!** При использовании спреев до применения их изучите инструкцию, чтобы точно знать, каким должно быть при нанесении минимальное расстояние до растения, так как некоторые спреи могут сильно повредить листья.

Почему требуется трехкратная обработка растений? На растениях в одно и то же время находятся насекомые в разных стадиях развития, в одних червецы уязвимы и их легко уничтожить, в других они практически неуязвимы. Именно поэтому и нужно повторять обработку. Чем выше стадия развития личинок, тем сложнее с ними бороться, поэтому иногда, чтобы спасти растения, бывает мало и трех обработок. Не забудьте внимательно осмотреть фикусы, кактусы, суккуленты и орхидеи, если у Вас в доме есть и эти растения. Червецы их особенно любят.

ИЗЛИШНЯЯ ВЛАЖНОСТЬ ВОЗДУХА

Мне подарили очень красиво цветущий антуриум. Я живу на первом этаже, в квартире довольно темно, окна выходят на север, поэтому мне не сразу удалось найти место для цветка. К сожалению, через три недели на листьях антуриума появились пятна с нижней стороны. Эти пятна увеличиваются и переходят на верхнюю часть листа. Не знаю, был ли цветок заражен чем-то уже в магазине, или ему не понравился мой уход, но так хочется спасти его, очень уж красиво цветет.

шего дома. На первых этажах многоквартирных домов часто бывает очень влажно.

А если еще и отопление хорошо работает, и в квартире высокая температура, а полноценно проветрить квартиру Вы не можете из-за того, что все окна выходят на одну сторону, то создается самая благоприятная для антракноза атмосфера — сыро и тепло.

Возможно, причина появления болезни в том, что Вы слишком интенсивно опрыскивали антуриум, создавая слишком влажную атмосферу вокруг него.

Антракноз опасен тем, что при развитии болезни пятна на листьях увеличи-

ваются, постепенно сливаясь в одно, в результате листья сначала буреют, а потом засыхают.

Прежде всего, Вам следует удалить листья с подозрительными пятнами и обеззаразить почву. Попробуйте поставить антуриум на подоконник поближе к батарее, там влажность воздуха ниже. Каждый день опрыскивайте растение одним из следующих препаратов: 1%-ным раствором бордоской жидкости, раствором медного купороса (50 г на 1 л воды), коллоидной серы (5-10 г на 1 л воды), «Абига-Пик» (4-5 г на 1 л воды). После того, как болезнь будет побеждена, еще пару дней повторяйте опрыскивание в профилактических целях.



Очень похоже, что Ваш цветок болен антракнозом, который поражает не только листья, но и стебли, и черешки, и даже плоды растений.

Возможно, причиной заболевания стали не ошибки в уходе, а воздух Ва-

АВТОПОИЛКА ДЛЯ РАСТЕНИЙ

После Рождественских каникул меня посылают на две недели в командировку. Мне некому поручить поливать цветы, пока меня не будет дома. Нельзя ли как-то устроить простенькую «поилку» для моих растений?

Устроить примитивную «поилку» для растений несложно. Возможно, она не годится для лета, но зимой, когда растениям не требуется интенсивного полива, этого объема воды должно хватить.

Налейте в ведро объемом 10 литров воды и поставьте его на высокий стул. Вокруг ведра на полу, на расстеленной полиэтиленовой скатерти расставьте горшки с цветами. Нарежьте бинт полосками такой длины, чтобы хватило от ведра до почвы в горшках. Протяните полоски бинта от ведра, опустив концы полосок в воду, к горшкам, разложив другие концы полосок сверху на почву в горшках. В идеале полоски желательно на кромке ведра закрепить прищепками, а к почве приколоть зубочистками. По этим полоскам вода будет поступать к почве, и каждый цветок получит столько воды, сколько ему потребуется.

ОРГАНИЧЕСКОЕ УДОБРЕНИЕ

Сейчас многие озабочены тем, что вокруг слишком много химии: в воде, еде, воздухе. Многие предпочитают обходиться без нее, где только можно. Для любителей натуральных продуктов мы предлагаем готовить подкормки для комнатных растений собственноручно, заменив ими химические удобрения. Ничего сложного в этом нет. В качестве удобрений можно использовать:

- измельченную яичную скорлупу, смешанную с сахарной пудрой в соотношении 10 : 1
- пропущенную через мясорубку банановую кожуру
- молоко — для полива кактусов (1 ст. ложка на 1 л воды)
- воду, в которой варились яйца. Ее можно использовать для полива, так как в ней много минеральных веществ. Главное, не забудьте остудить ее до комнатной температуры.

ВРЕМЯ УШЛО

Мне 14 лет, я бы хотела подарить маме на 8 марта большой букет тюльпанов, она их любит. Мы договорились с бабушкой, что посадим их у нее дома, чтобы мама не увидела цветы раньше времени. Напишите, как выгнать тюльпаны к празднику.

К сожалению, в этом году Вам не удастся порадовать маму выращенными к празднику тюльпанами. Слишком поздно Вы это придумали. Чтобы выгнать тюльпаны к марту, луковицы надо стратифицировать в течение 4 месяцев в холодном месте, затем высадить в почву, дать подрасти до 10 см, а за три недели до цветения перенести в теплое помещение. Если начать выгонку в январе, то тюльпаны можно вырастить только к маю, когда они и сами прекрасно цветут во всех садах и на всех клумбах. Учтите все это и на следующий год не опаздывайте!

В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ



Несколько раз слышала, что заставить цвести красулу (денежное дерево) или алоэ (столетник) очень сложно: им для этого нужна серьезная встряска. Оказалось, что отсутствие полива — это как раз те экстремальные условия, которые могут заставить цвести красулу. Я подобрала свое денежное дерево на улице рядом с помойкой. Видимо, кто-то довел растение почти до полного высыхания, а потом выбросил умирать.

У деревца были тонюсенькие, почти засушенные листочки. Я забрала растение домой и стала поливать, но не слишком, а в меру. Подумала, что обильный полив будет для цветка вреден. Поливала каждый день по чуть-чуть. Когда ком полностью намок и листочки красулы снова стали толстенькими, она отблагодарила меня целой шапкой милых белых цветочков.

Если вам хочется добиться цветения денежного дерева, попробуйте почти не поливать его в течение месяца, а потом перевести на нормальный полив. *Наталья Д., г. Казань*

НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ ОТ СТАРОГО ЦВЕТОВОДА

Моей бабушке скоро 80 лет, сколько себя помню, у нее всегда море зелени и цветов в доме. Причем, они редко гибли или болели. Всегда сильные, крепкие и пышно цветут. Бабушка открыла мне несколько своих секретов в уходе за цветами, я хочу поделиться ими со всеми любителями комнатных растений.

● Никогда не сажайте маленькое растение в большой горшок, оно будет расти медленно.

● Не ставьте горшки на подоконнике близко к стеклу — летом листья, которые соприкасаются со стеклом, могут сгореть, а зимой обморозиться.

● Осенью и зимой цветы лучше поливать утром, а в теплое время года вечером.

● Опрыскивать цветы желательно рано утром, если не получилось, то тогда вечером, но не днем.

● Воду в опрыскиватель надо заливать горячей, но не кипятком, конечно. При распылении вода остывает как раз до нужной температуры. Если заливать холодную воду, то брызги получатся ледяными, что для растений очень вредно.

● Чтобы окраска листьев была яркой и сочной, добавляйте в воду для опрыскивания 2-3 капли камфорного спирта

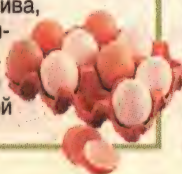
на 1 литр воды.

● Во время цветения подкормите растение касторкой. Добавьте в 1 л воды 1 ч. ложку касторки, сильно взболтайте и полейте цветы.

● Когда пересаживаете цветущие растения, сильно уплотняйте грунт. Для растений с декоративной листвой оставляйте грунт рыхлым.

Я никогда не искала научных объяснений этих секретов. Знаю только одно — они работают.

Подготовила
Катерина ЧАПЛЫГИНА



Ставшие привычными рождественские каникулы приносят хозяйкам множество забот. Семья целую неделю дома с утра до вечера, да еще гости время от времени приходят. Хотя из кухни не выходи! Сегодня мы предлагаем блюда, которые не требуют много времени на приготовление, но подойдут не только для семейного обеда, но и для праздничного застолья.

ЗАКУСКИ

Ни один праздничный стол не обходится без закусок. В семейном обиходе их можно давать домашним на перекус.

ПОКА СЕМЬЯ НА КАНИКУЛАХ



СЫР ДЕЛИКАТЕСНЫЙ

Натрите на мелкой терке 300 г любого сыра с пряным вкусом. Растопите его в микроволновке до консистенции сметаны, смешайте с мелко порезанной зеленью и лимонной цедрой, добавьте те специи, какие любят в вашей семье, хорошо перемешайте, выложите на расстеленную фольгу или полиэтилен, сформируйте колбаской и поместите в холодильник.

● Постарайтесь вмять в сырную массу добавки очень быстро, чтобы сыр не пришлось плавить еще раз. При термической обработке зелень даст сок и окрасит сыр.

● Можно приготовить десертный вариант: растопить сливочный, шоколадный или сыр «Омичка», а вместо зелени добавить измельченные орехи и кусочки кураги.



ЗАКУСОЧНЫЙ САЛАТ

Измелите вареную или жареную курятину или говядину, добавьте натертое на мелкой терке вареное яйцо (если мяса много, яйцо можно не добавлять), мелко порезанный зеленый лук, немного майонеза и перемешайте. Зеленое яблоко разрежьте на тонкие кружочки и выберите сердцевинки с семечками. На кружок яблока положите 1 ч. ложку с верхом мясного салата и украсьте половинкой грецкого ореха.

● Так же можно подать остатки оливье. Этот салат хорошо сочетается и с яблоком, и с орехом.



«НА ОДИН УКУС»

Если у вас есть в морозилке пакет с креветками и гроздь винограда, значит, даже неожиданные гости не останутся без закуски.

● Отварите креветки, очистите и обсушите. В колечко креветки вставьте виноградину и скрепите их вместе шпажкой или зубочисткой.

● Виноград для этих канапе надо брать без косточек.



ЗАКУСКА НА ИТАЛЬЯНСКИЙ ЛАД

Макаронные заготовки для лазаньи можно использовать для приготовления необычной закуски, но поскольку такую закуску надо подавать, пока тесто еще горячее, сырную начинку лучше приготовить заранее и подогреть тарелки.

Смешайте натертый на мелкой терке пармезан, измельченную зелень, сырое яйцо, добавьте много мягкого сыра или очень густой сметаны, поперчите и посолите по вкусу. Сваренные пласты теста по одному вынимайте из воды, выкладывайте на тканевую салфетку, второй салфеткой промакивайте лишнюю воду, смазывайте начинкой, выкладывайте по два рулетика на подогретые тарелки и поливайте сверху соусом песто или кетчупом-лечо (с кусочками овощей).



ДОМАШНИЙ ФАСТ-ФУД

Устав от деликатесной еды, ваши домашние, наверняка, с удовольствием полакомятся фаст-фудом, но только «правильным», домашним.



ХОТ-ДОГИ С ПОДЛИВКОЙ

Приготовьте густую томатную подливку с овощами и грибами. Надрежьте сбоку булочки для хот-догов или порезанный по размеру сосисок французский батон, хлебную основу смажьте майонезом, вложите внутрь сосиски и уложите булочки в форму, застеленную фольгой, разрезом с сосиской вверх. На каждую сосиску по всей длине положите понемногу остывшей томатной подливки, посыпьте мелко порезанным репчатым луком и тертым сыром. Поставьте хот-доги в разогретую духовку, чтобы сыр расплавился.

● Чтобы за то время, пока плавится сыр, булочки в духовке не пересохли, натирайте сыр на самой мелкой терке.



РУЛЕТ С КОЛБАСОЙ

Раскатайте в пласт дрожжевое или готовое слоеное дрожжевое тесто, слегка смажьте его растительным или растопленным сливочным маслом, разложите внахлест тонкие ломтики салями или другой мелкозернистой копченой колбасы. Сверху посыпьте крупно потертым сыром, лучше всего твердым, и сверните рулетом. Дайте тесту расстаться, смажьте рулет взбитым яйцом и выпекайте в разогретой духовке до готовности.

● Рулет можно еще до выпекания порезать на порции и выкладывать мини-рулетики на противень срезом вниз.

МЯСО

Надоели жареное мясо и курица? Приготовьте из мяса что-нибудь оригинальное.

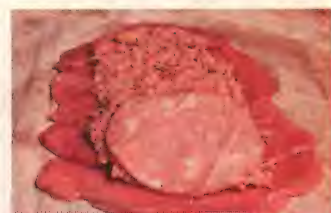


ЧУДО-КОЛОБКИ

Добавьте в фарш из говядины и свинины очень мелко порезанный лук, пропущенный через пресс чеснок, измельченную зелень и горсточку промытого и высушенного дробленого риса. Если у вас есть помидор, сладкий перец и цуккини, порежьте их мелкими кубиками и добавьте в фарш, посолите, поперчите и хорошо перемешайте.

Скатайте из фарша колобки такого размера, чтобы они заполнили емкости формы для кексов или маффинов. Запеките колобки до готовности. Если формы нет, колобки можно запечь на смазанном маслом противне.

● Если вы готовите колобки для гостей, подайте их с кетчупом, жидким картофельным пюре, маленькими кусочками жареного бекона и зеленью. Готовые колобки смажьте кетчупом, картофельное пюре выпустите из кондитерского мешка с фигурной насадкой — как крем на пирожное, а все блюдо украсьте жареным беконом и зеленью.



РУЛЕТ «ТРИ МЯСА»

На тканевую салфетку выложите несколько ломтиков тонко порезанной свинины, посолите, поперчите, поверх нее выложите слой любого котлетного фарша (с луком, чесноком и зеленью), разровняйте смоченными водой руками. Накройте фарш тонкими ломтиками любительской колбасы (с жирком), посыпьте полукольцами маринованного лука, выложите слой ломтиков сыра, а посредине — ряд сваренных вкрутую, очищенных, но целых яиц. С помощью салфетки сверните рулет, обвяжите его ниткой и запекайте в духовке до готовности.

● Рулет можно есть и как горячее блюдо, и как холодную закуску.





ПИРОГ С НАЧИНКОЙ ИЗ КУРИЦЫ

Порежьте очень мелкими кубиками вареное или жареное куриное мясо, луковицу и кусочек корня сельдерея. Добавьте немного томатного пюре или томатного сока, натертого на мелкой терке сыра и измельченных грецких орехов. Массу посолите, поперчите, по желанию добавьте специи для курицы и все хорошо перемешайте.

Дрожжевое тесто раскатайте в пласт толщиной 0,5 см и порежьте на восемь прямоугольников. Половину прямоугольников немного растяните в длину и разложите пластины теста, как показано на фото. Выложите начинку кольцом и заверните внутрь сначала те прямоугольники, что подлиннее, а потом те, что покороче. Следите, чтобы вся начинка была покрыта тестом. Хорошенько зашейте все швы, дайте пирогу расстояться, смажьте взбитым яйцом, поставьте пирог в разогретую духовку и выпекайте до золотистого цвета.

● Поскольку пирог имеет форму кольца, при подаче внутрь можно поставить пиалу с соусом из сметаны или натурального йогурта, смешанного с измельченным чесноком.

ДЕСЕРТ

Вместо конфет и шоколадок побалуйте своих домашних несложными в приготовлении десертами.



КОКОСОВОЕ ПИРОЖНОЕ

Это — прекрасная альтернатива очень сладким энергетическим батончикам.

Смешайте 1 банку сгущенного молока, 100 г размягченного сливочного масла или 100 мл густой сметаны, пакетик ванильного сахара, 1 стакан муки и 1 стакан кокосовой стружки.

Застелите противень фольгой и разровняйте рукой тесто, чтобы получился пласт толщиной 1 см. Ножом для пиццы разрежьте его на равные прямоугольники, слегка вдавите в каждый по два миндальных ореха и поместите в разогретую духовку. Когда пирожные испекутся и остынут, растопите на водяной бане или в микроволновке 1-2 плитки шоколада и по одному опускайте в него пирожные. Разложите глазированные пирожные на фольгу так, чтобы они не прикасались друг к другу, и поставьте в холодильник, чтобы шоколад хорошо застыл.

● Для глазирования лучше всего использовать горький шоколад с высоким содержанием какао, он лучше ложится на поверхность выпечки, быстрее застывает и медленнее тает в руках.



ПИРОЖНОЕ С АНАНАСОМ

В формы для маффинов положите по колечку консервированного ананаса. Чтобы заполнить дырочки в ананасе, уложите в них размороженные вишни (можно из компота). Приготовьте обычное бисквитное тесто и залейте ананасы тестом на две трети глубины формы. Выпекайте в разогретой духовке до готовности бисквита. Готовые пирожные переверните ананасом вверх.

P.S. Хотите, чтобы пирожные были более ароматными? Добавьте в тесто маленькие кусочки банана. Если хотите большей сочности, бисквит, не вынимая из формы, пропитайте любым сиропом (для взрослых можно с алкоголем).





ГРУШИ С МОРОЖЕНЫМ

Если у вас дома есть несколько груш и пачка готового слоеного бездрожжевого теста, вы можете легко и быстро приготовить замечательный десерт.

Очищайте груши, разрежьте пополам, черешки не отрывайте, а сердцевину аккуратно вырежьте. Присыпьте выемки панировочными сухарями или измельченным печеньем, чтобы крошки впитали сок. Переверните половинки груш разрезом вниз и оберните каждую треугольником теста. Прикройте тестом и черешки, прикрепите вырезанные из теста листочки. Переложите груши на застеленный фольгой противень и выпекайте до золотистого цвета. Когда груши остынут, положите на каждую по ложке мороженого и посыпьте тертыми орехами.

● Если вы считаете, что груши плохо сочетаются с мороженым, замените его на взбитые сливки или белковый крем.



ШОКОЛАДНЫЙ ЧИЗКЕЙК

Чизкейк — прекрасная замена торт, уже хотя бы потому, что в нем гораздо меньше калорий.

Приготовьте корж. Положите в плотный пакет 100 г шоколадного бисквита или печенья по своему выбору и скалкой хорошенько раскрошите содержимое пакета. Убедитесь, что не осталось крупных кусков. Пересыпьте крошку в миску, добавьте к ней 2 ст. ложки размягченного сливочного масла и перемешайте так, чтобы все крошки пропитались маслом. Выложите массу в смазанную маслом форму, сделайте бортики, все хорошенько уплотните ложкой, скалкой или руками. Поставьте корж в холодильник или морозилку.

Приготовьте начинку: взбейте до «устойчивых пиков» 0,5 стакана жирных сливок, добавьте 2 ст. ложки сахарной пудры, ванилин или ванильный сахар и 1 ст. ложку просеянного порошка какао. Продолжайте взбивать на низкой скорости, пока не получится однородная масса. На водяной бане или в микроволновке растопите 100 г шоколада, немного остудите, чтобы не растаял сыр, который вы в него добавите. Смешайте шоколад со 100 г мягкого сливочного сыра, соедините со взбитыми сливками и перемешайте всю смесь до однородности.

Выложите начинку на охлажденный корж и поставьте на 1 час в самое холодное место вашего холодильника. Украсьте чизкейк по своему усмотрению.



ТОРТ-СУФЛЕ

Приготовьте корж-основу, как в предыдущем рецепте. Распределите масляную крошку по дну разъемной формы и уплотните, бортиков не делайте, поставьте корж в холодильник.

Залейте 15 г желатина в эмалированной посуде 1 стаканом холодной кипяченой воды. Когда он разбухнет, поставьте посуду с желатином на слабый огонь и, помешивая, распустите его до полного растворения желатина. Снимите с огня и дайте остыть до комнатной температуры. Пока желатин остывает, взбейте до устойчивых пиков 4 белка с 1 стаканом сахара или 3/4 стакана сахарной пудры и 1 ч. ложкой лимонного сока. Продолжая взбивать, добавьте натертую на мелкой терке цедру с половины лимона и влейте тонкой струйкой желатин. Когда получится однородная масса, добавьте в нее кусочки шоколада, осторожно перемешайте и вылейте поверх охлажденного коржа. Поместите форму с тортом в холодильник до полного застывания суфле. Готовый торт полейте сверху карамельным или шоколадным сиропом и украсьте по своему усмотрению. Перед подачей снимите бортик разъемной формы.

P.S. Для украшения можно использовать кусочки шоколада, цукатов, фруктов, размороженные ягоды, измельченные орехи.

УБОРКА С МАЛОЙ МЕХАНИЗАЦИЕЙ

Интересно смотреть, как хозяйки в рекламе одним движением губки убирают налет с кафеля. В жизни все происходит иначе, и если вы не чистили плитку пару месяцев, одной губкой с налетом не справиться. Но кафельное покрытие будет выглядеть как новое, если вы одолжите у мужа шуруповерт и попросите его прикрепить к нему жесткую щетку. Капните на щетку моющее средство, включите шуруповерт и пройдите по плиткам. Вращающаяся на большой скорости щетка не только уберет налет, но и отшлифует плитку. Но не усердствуйте, если на плитке есть рисунок, иначе за несколько таких уборок его можно стереть.

ВНИМАНИЕ! Поскольку щетка будет влажной, лучше использовать аккумуляторный шуруповерт.



ТРУБОЧКИ НА ЗАКУСКУ И ДЕСЕРТ

Трубочки из теста, заполненные еврейским салатом, сыром с зеленью или форшмаком — прекрасная закуска. Такие же трубочки, но со сладкой начинкой — всеми любимый десерт. Испечь трубочки не составляет труда, если есть специальные формочки-трубочки. Но и без них можно обойтись, лишь бы в доме было достаточно обычных столовых ложек из нержавеющей стали.

Сложите ложки по две, порежьте раскатанное слоеное тесто на полоски

толщиной 1,5-2 см и намотайте полоски внахлест на черенки смазанных маслом ложек. Отправьте ложки в разогретую духовку и выпекайте до золотистого цвета.

Дайте трубочкам остыть, осторожно снимите с ложек и заполните по желанию соленой или сладкой начинкой.



ЧТОБЫ НЕ ПОРТИТЬ ПОЛЫ

Если полы в вашей квартире выстланы паркетом или ламинатом, на них остаются следы от лужиц, натекающих с обуви, в которой вы ходили по снегу или под дождем.

Чтобы сохранить полы, поставьте в коридоре пару водонепроницаемых ящичков, заполненных обычной галькой. Гряз-



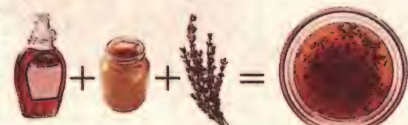
ная вода не попадет на полы. Правда, камешки время от времени придется мыть и сушить.

ГЛАЗУРЬ ДЛЯ МЯСА

Наверняка, вы часто видели на фото и по телевизору мясо с глянцевой блестящей поверхностью. Чтобы получить ее, мясо перед приготовлением (небольшой кусок) или ближе к концу запекания (большой кусок) надо смазывать специальной смесью, образующей глазурь. Предлагаем вам четыре самых часто используемых состава.



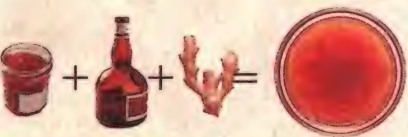
● 0,5 стакана меда, сок 0,5 лимона и 2-3 измельченных зубка чеснока — лучше всего подходит для курицы



● 0,5 стакана кленового сиропа или сиропа из рябины, 1 ст. ложка готовой горчицы, 3-4 измельченных веточки сухого тимьяна (чабреца) — подходит для баранины и говядины



● 0,5 стакана коричневого сахара, сок 0,5 лайма, 1 ч. ложка смеси перцев — подходит для свинины, говядины, баранины



● 0,5 стакана абрикосового джема или варенья, 2 ст. ложки апельсинового ликера или по 1 ст. ложке водки и апельсинового сока, 1 ч. ложка измельченного корня имбиря — подходит для птицы и свинины.

ВАЗОЧКА НА ОДИН ЦВЕТОК

Какой бы маленькой ни была вазочка, один цветок, особенно маленький, будет смотреться в ней сиротливо. Но совсем иначе он выглядит в обычном стакане, зажатом воздушным шариком.

Отрежьте от шарика ограничительный валик, который помогает держать шарик во рту, когда вы его надуваете. Теперь шарик легко растянуть и вставить внутрь него стакан. Чтобы оформить верх импровизированной вазочки, просуньте хвостик шарика внутрь — это будет отверстие, через которое вы нальете воду и в которое поставите цветок.

Даже небольшой букетик может преобразить ваш интерьер, если для каждого цветка вы сделаете отдельную вазу, спрятав стаканы в шарики разных цветов. Их потом можно расставить в разные места в комнате или составить в общую композицию.



ВЕШАЛКИ ДЛЯ КРЫШЕК

Если у вас маленькая кухня, и кастрюли приходится составлять стопкой, то крышки от них, наверняка, некуда девать. Есть очень простой способ разместить крышки так, чтобы они не падали и не мешали.

Прикрепите шурупами к дверце шкафа, где вы храните кастрюли, крючки и вставьте крышки так, чтобы они опирались на них. Прежде чем крепить крючки, обведите карандашом окружность каждой крышки и прикрутите крючки на каждой окружности так, чтобы они соответствовали цифрам «4» и «8» на циферблате часов. Так вам будет удобно и вставлять крышки в крючки-держатели, и вынимать их.



Подготовила Валентина ЖИЛИНА

МАТРАС-КРЕСЛО... ИЗ ПОДУШЕК

Мы часто меняем подушки из гигиенических соображений или потому, что они надоедают и выходят из моды. Выбрасывать вполне пригодные для использования подушки у многих не поднимается рука. Предлагаем соединить их в матрас-кресло, на котором здорово поваляться с книгой или перед телевизором. Такой матрас пригодится, чтобы положить спать неожиданных гостей.

Вам понадобятся пять подушек одинакового размера (50 x 70 см) и плотная ткань для наматрасника. Скроите два полотнища шириной 70 и длиной 250 см. Сложите их длинной стороной одно к одному и вшейте 5 «молний» подряд каждая длиной 50 см. Сшейте все боковые швы и прострочите наматрасник поперек (между молниями). У вас получатся «кармашки» для подушек, из которых их легко достать, чтобы постирать наматрасник.



ФАРТУК-ЗАГЛЯДЕНЬЕ

Из старой рубашки мужа сшейте себе фартук. Отрежьте воротник от спинки рубашки и полочек до уровня ключиц. Затем по косой вниз отрежьте полочки до боковых швов на уровне талии. Распорите до низа боковые швы. Скосы и боковинки фартука подшейте, пришейте выкроенные из рукавов или спинки завязки, и фартук готов. На изготовление этого «шедевра» вам потребуется не более получаса, а выглядит фартук так, что в нем не грех и перед гостями появиться. К тому же воротничок рубашки совершенно не трет шею, в отличие от обычной завязки.



И ШАРФ И УКРАШЕНИЕ

Неширокий длинный вязанный шарф обычно носят, обмотав несколько раз вокруг шеи. Но если завязать его несложным узлом, он будет и шею закрывать, и одежду украшать.

Оберните шарф вокруг шеи так, чтобы впереди получилась петля и по бокам свисали два конца. Петлю перекрутите восьмеркой, один конец шарфа пропустите через нижнюю часть «восьмерки», чтобы он лег сверху. Второй конец шарфа, наоборот, сначала подсуньте под петлю, а потом выпустите наружу. Остается только затянуть узел потуже.

Хотите, чтобы красивый узел служил украшением? Оставьте петлю пониже, а если вам надо, чтобы шарф закрывал горло, не спускайте петлю ниже уровня груди.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



УДИВИТЕЛЬНЫЕ ВАЗОЧКИ

После новогодних праздников, как правило, остается много бутылок разных форм и размеров. Отберите те, что из прозрачного стекла, и превратите их в вазочки. Вам понадобится совсем немного времени и яркая краска двух-трех цветов. Смешайте краску в разной пропорции, чтобы получились немного отличающиеся оттенки одного цвета. Наливайте понемногу краски в чистую сухую бутылку и медленно поворачивайте ее так, чтобы окрасилась вся внутренняя поверхность. На горлышко бутылки краску можно нанести кистью. Из выкрашенных изнутри бутылок получатся прекрасные вазочки на один цветок или веточку сухоцветов. Если выбрать подходящие цвета, то вазочки станут еще и ярким пятном в интерьере. Причем с таких вазочек краска не облупится, как происходит с бутылками, выкрашенными снаружи.

ДВА В ОДНОМ

Кусок плотного трикотажа, сшитый в кольцо и оверлоченный, легко превратить и в юбку, и в подобие жилета. Вам понадобится кусок трикотажного полотна длиной будущей юбки и шириной больше обхвата бедер на 15-20 см.

ДЛЯ ЮБКИ, кроме трикотажа, вам понадобятся красивый широкий пояс и брошь — в тон пояса или ткани.

Наденьте трикотажное кольцо как юбку, заложите сбоку в складку излишек ткани, сверху подверните ткань наружу сантиметров на 10 и закрепите складку брошью. Подворот замаскируйте поясом.

ДЛЯ ЖИЛЕТА не потребуется ничего, кроме трикотажного кольца. Надо лишь просунуть в это кольцо руки, как в рукава пальто, расправить ткань на спине и уложить на шею как воротник.



ТРИКОТАЖНЫЕ НАВОЛОЧКИ

Из старых надоевших или подсевших от стирок свитеров и джемперов получатся превосходные декоративные наволочки для диванных подушек.

Из переда и спинки свитера выкроите наволочку по размерам подушки, прострочите ее на машинке с трех сторон, наденьте на подушку и зашейте четвертую сторону вручную (или вшейте молнию), чтобы наволочку можно было снимать для стирки. Из остатков свитера или кусочков трикотажа подходящего цвета сшейте розочки, скрутив полоски ткани, вырежьте и пришейте рядом с цветами листочки. Эксклюзивная подушка готова.

Трикотаж нейтрального бежевого или молочного цвета подойдет к любому интерьеру, но вы можете сшить наволочку из свитера того цвета, который будет гармонировать с тонами интерьера вашей комнаты.



Вам понадобится плоский шнурок яркого цвета длиной не менее 60 см и застежка для ожерелья, которую можно купить в магазине швейной фурнитуры.

ОЖЕРЕЛЬЕ ИЗ... ШНУРКА

Сверните из шнура петельку, придержите пальцем перекрестье, пока не затянете узел. Отступите 2-3 см и сверните еще одну петельку, затем просуньте ее в предыдущую и затяните. Плетите ожерелье таким образом на нужную вам длину. Следите, чтобы шнурок не перекручивался и лежал красиво. Как только вы сплетете ожерелье на нужную длину, просуньте в петельку оставшийся конец шнура и затяните. Затем отрежьте кончики шнура, оплавьте огнем зажималки или спички, чтобы шнурок не распелся, и прикрепите застежку.



Подготовила Валентина ЖИЛИНА

Размер 46-48. Длина по спинке 85-90 см.

ЖАКЕТ С РАЗНЫМИ РУКАВАМИ

Необычайно эффектный ярко-красный жакет с удлиненным воротником и короткими рукавами поверх длинных связан лицевой гладью и резинкой 2 х 2.

Свяжите образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой.

Вам потребуются: нитки красного цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 230 м / 100 г) — 1000 г; спицы № 2,5 и № 2; игла для сшивания, 1 пуговица $\varnothing$ 2,5 см, крючок.

Описание работы

Сложность выполнения этой модели заключается в точном составлении выкройки и расчете петель для вязания основного полотна жакета.

Правая полочка переда: набрать на спицы 65 п., вязать до линии бедер без изменения количества петель лицевой гладью. Со стороны бокового шва сделать 10 убавлений по 1 п. через 4 р. (для приталивания силуэта), затем через 15 р. по этой линии сделать 6 прибавок по 1 п. через 5 р. для расширения полотна.

Через 73 см от начала вязания вывязать пройму. Одновременно со стороны центра переда на высоте 51 см от начала вязания делать убавки по 1 п. через 6 р., чтобы получить удлиненную горловину.

Левую полочку вязать симметрично правой.

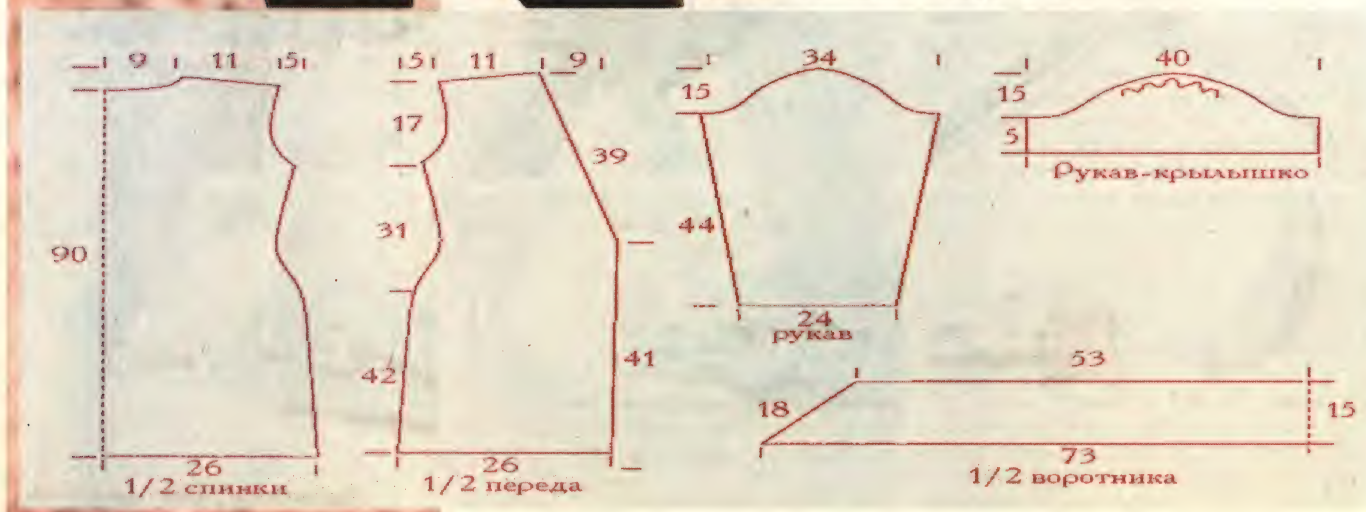
Спинка: набрать на спицы 130 п., вязать до линии бедер без изменения количества петель. Со стороны боковых швов сделать по 10 убавлений по 1 п. через 4 р. для приталивания силуэта, затем через 15 р. по этой линии сделать по 6 прибавок по 1 п. через 5 р. для расширения полотна. Через 73 см от начала вязания начать вывязывать проймы.

Рукав: набрать на спицы 68 п. и вязать рукав резинкой 2 х 2, прибавляя со стороны швов по 1 п. через 6 р. Вывязать по выкройке окат рукава.

Верхний рукав-крылышко: набрать на спицы 68 п. и вязать рукав лицевой гладью на высоту 5 см, затем по выкройке вывязать широкий окат. После завершения работы окат рукава-крылышка слегка стянуть.

Воротник: набрать на спицы 272 п. и связать в поперечном направлении резинкой 2 х 2 воротник на высоту 15 см, прибавляя в конце и в начале каждого ряда по 1 п. Закрывать все петли. (Можно петли для воротника набрать из края горловины после сшивания жакета.)

Сборка: сшить рукава и рукава-крылышки, вставить длинные рукава в крылышки, совместить их и сметать. Сшить плечевые и боковые швы. Вшить рукава в проймы. Пришить пуговицу на левую полочку, к правой полочке крючком привязать воздушную петлю из цепочки 12 в. п.





Размер 46-48. Длина по спинке 65 см.

ПУЛОВЕР С АСИММЕТРИЧНОЙ ЗАСТЕЖКОЙ

Этот эффектный пуловер с асимметричной застежкой и полосами протяжек между рядами вязать интересно и быстро.

(Свяжите образец узора, чтобы сверять полотно с выкройкой.)

Вам потребуются: нитки горчичного цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 200 м/100 г) — 650 г; спицы № 3,5; крючок № 2; игла для сшивания; 2 пуговицы Ø 3 см.

Узор для основного полотна пуловера и рукавов

Для образца набрать на спицы 21 п. (количество петель кратное 5, плюс 4 — для симметрии, 2 кром.).

1-й ряд: 1 кром., * 3 лиц., 2 п. вместе лиц., накид *, от * до * повторять до конца ряда, 4 лиц., 1 кром.

2-й и все четные ряды: изн.

3-й и все следующие нечетные ряды: лиц.

Связав полотно, прежде чем закрыть все петли, распустить каждую 5-ю петлю. Получится полотно из чередования 4 лиц. и протяжки из одной распущенной п.

Описание работы

Перед: набрать на спицы 36 п.

1-й ряд: 1 кром., * 4 лиц., 1 изн. *, от * до * повторять до конца ряда, 5 лиц.

2-й и все последующие ряды вязать, как смотрит вязка: лиц. — лицевыми, изн. — изнаночными. Связать поперечную полосу длиной, равной 1/2 окружности бедер. Для вязания переда вверх из края поперечной полосы набрать лиц. п., вытягивая их из косичек первой лиц. п., следующей за кромочной, следующим образом: ввести спицу в первую косичку, подхватить рабочую нить и вытянуть петлю, повторить из двух последующих косичек, четвертую пропускаем (для соответствия поперечно и продольно связанных полотен). Вязать перед вверх лицевой гладью без изменения количества п., не вывязывая проймы. На расстоянии 15 см от верха вязание разделить по линии асимметричной застежки.

Прежде чем добавить дополнительные петли для застежки, отсчитать от бокового шва каждую 5-ю п. и распустить до самого низа только те 5-е п., которые совпадают с расположением планки. Чтобы планка была продолжением основного полотна, на правой полочке добавить по 1 п. через одну 5 раз (в месте распущенной петли добавить 2 п.). Полученную планку из 9 п. вязать вверх резинкой 1 х 1. На левой полочке добавить 9 п. и вязать их резинкой 1 х 1. В готовом изделии правая планка должна лежать на левой. На правой полочке сделать две петли для пуговиц. Провязать отдельно каждую полочку на высоту 15 см и закрыть все петли в одном ряду, распуская каждую 5-ю п. до са-

мого низа переда. Чтобы полотно сверху не стягивалось, закрывая петли, в промежутках в местах распущенных петель делать по 2 в. п. крючком.

Спинка: набрать на спицы 36 п. Связать поперечную полосу аналогично передней, равной окружности бедер. Для вязания спинки вверх из края поперечной полосы набрать лицевые петли, вытягивая их из косичек 1-й лиц. п., как и по переду. Связав полотно, закрыть все петли в одном ряду, распуская каждую 5-ю п. до самого низа спинки. Чтобы полотно сверху не стягивало, закрывая петли, в промежутках в местах распущенных петель делать по 2 в. п. крючком.

Рукав: набрать на спицы 26 п.

1-й ряд: 1 кром., * 4 лиц., 1 изн. *, от * до * повторять до конца ряда, 5 лиц.

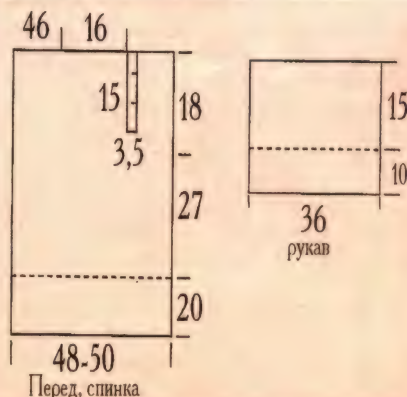
2-й и все последующие ряды вязать, как смотрит вязка: лиц. — лицевыми, изн. — изнаночными. Связать поперечную полосу длиной 36 см.

Для вязания рукава вверх из края поперечной полосы набрать п. так же, как по спинке и переду.

Вязать рукав вверх без изменения количества п. на высоту 10 см. Закрыть все петли в одном ряду, распуская каждую 5-ю п. до самого низа спинки. Не забывать в местах распущенных петель делать по 2 в. п. крючком.

Сборка: сшить рукава, плечевые и боковые швы. Вшить рукава в проймы. Пришить пуговицы на левую полочку в соответствии с петлями на правой полочке.

Примечание. Чтобы не считать петли, предназначенные для распуска, каждую 5-ю петлю основного полотна пуловера и рукавов можно вязать изнаночными петлями, тогда будет хорошо видно, какие петли распустить.





Размер 46-48. Длина по спинке 65 см.

ЖАКЕТ С ВОРОТНИКОМ-СТОЙКОЙ

Жакет с воротником-стойкой связан простыми столбиками без накида, но с эффектным оформлением из вытянутых петель.

Свяжите образец узора, чтобы сверять полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки (шерсть 50%, акрил 50%; 300 м/100 г) — 600 г; крючок № 2,5; игла для сшивания, 6 пуговиц черного цвета Ø 2 см.

Для вязания образца набрать цепочку из 22 в. п. (количество петель кратное 5, плюс 2 кром. — по одной с каждой стороны).

С 1-го по 5-й р. вязать ст. б/н.

6-й ряд: 2 в. п. для подъема, затем вязать ст. б/н., вытягивая нить из нижнего ряда в следующем порядке: * в 1-й ст. вытягивают нить высотой в 1 р., во 2-й ст. — в 2 р., в 3-й ст. — в 3 р., в 4-й ст. — в 4 р., в 5-й ст. — в 5 р., следующие 5 ст. б/н. вязать без вытягивания петель *. От * до * повторить еще раз.

С 7-го по 11-й р. вязать ст. б/н.

12-й ряд: 2 в. п. для подъема, * 5 ст. б/н., далее вязать ст. б/н., вытягивая нить из нижнего ряда в следующем порядке: в 1-й ст. вытягивают нить высотой в 1 р., во 2-й ст. — в 2 р., в 3-й ст. — в 3 р., в 4-й ст. — в 4 р., в 5-й ст. — в 5 р. *, от * до * повторить еще раз.

Вязание с вытягиванием петель в ст. б/н. располагается по полотну в шахматном порядке. Раппорт узора: 12 р. по вертикали, 10 ст. б/н. по горизонтали.

Описание работы

Перед, правая полочка: набрать 37 в. п.

Вязать описанным узором вверх, сверяя полотно с выкройкой. На высоте 30 см от начала вязания начать прибавления п. со стороны центра переда в каждом 3-м ряду по 1 п. 6-7 раз, затем прибавления делать по 1 п. в каждом 2-м ряду, сверяя полотно с выкройкой. Затем до горловины вязать ровно до линии горловины. Одновременно, со стороны бокового шва, провяжав 15 см вверх, сделать 6-7 раз убавления в каждом 2-м ряду, затем провязать 3 см ровно и начать делать прибавления для приталивания силуэта жакета. На высоте 43 см от начала вязания сделать убавления для проймы.

Вывязать горловину.

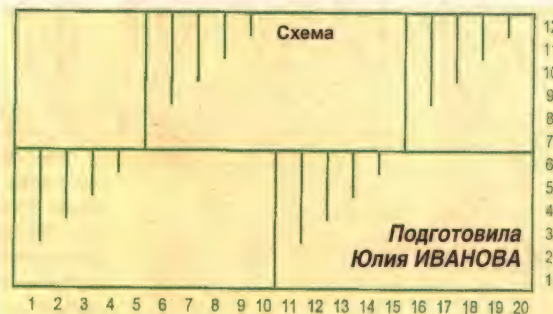
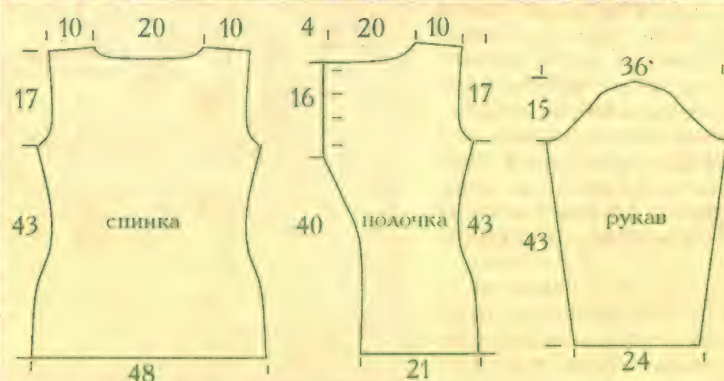
Перед, левая полочка: связать симметрично правой. В намеченных местах вывязать петли для застежки.

Спинка: набрать 87 в. п. Вязать вверх узором по описанию. Со стороны боковых швов сделать убавления, аналогично полочкам, для приталивания. Вывязать проймы и горловину по выкройке.

Рукав: набрать 37 в. п. Вязать вверх по схеме, прибавляя в каждом 4-м ряду по 1 п. с каждой стороны шва, сверяя с выкройкой.

Воротник: набрать 80 в. п. Вязать вверх по схеме, прибавив до проймы с каждой стороны по одному раппорту. Довязав до линии проймы, нить оборвать.

Сборка: сшить рукава, плечевые швы, боковые швы. Обвязать 10 рядами ст. б/н. горловину, пришить пуговицы к правой полочке.



МАГИЯ КОЛЬЦА



Кольца наши предки носили с давних времен и всегда видели в них гораздо большее, чем просто украшение. На Руси существовало поверье, что, посмотрев на мужа через обручальное кольцо, можно избежать развода.

В средневековой Европе кольца изготавливали из ослиных копыт и костей страусов. Такое кольцо должно было защищать хозяина от золотухи или эпилепсии. А испанцы до сих пор убеждены, что водой, настоянной на обручальном кольце, можно выпечить болезни глаз. И это далеко не все, на что «способно» кольцо.

ПОЛОЖЕНИЕ ОБЯЗЫВАЕТ

Какая девушка в наши дни не украшает свои ручки колечками! А ведь изначально кольцо вообще не воспринимали как женское украшение.

В античном Риме оно было символом социального статуса и носили его мужчины. Во времена Республики золотые кольца могли надевать только представители высшего сословия — сенаторы или всадники, а простые граждане носили железные кольца. С появлением Римской империи «право на золото» получили люди, которые родились свободными. Тем же, кто был рожден в рабстве и лишь впоследствии каким-то образом от него избавился, полагалось носить кольца из серебра.

В Древней Греции кольцо из драгоценного металла обязан был носить каждый свободный житель. Иногда такие знаки отличия инкрустировали камнями. А русские цари непременно носили кольцо на большом пальце как символ власти.

«ОТПЕЧАТОК» ЛИЧНОСТИ

Прообраз современного факсимиле — «печатное» кольцо — появился еще в Древнем Египте. Оттиск искусно вырезанных надписей или изображений приравнивался к именной подписи. Носили такое кольцо на указательном пальце.

В средневековые особые кольца служили пропусками на тайные собрания членов орденов и обществ, а иногда и заменяли удостоверения личности.

Если женщина предъявляла именной знак мужа, павшего в битве, этого было достаточно, чтобы ее признали его вдовой и отдали причитающееся наследство.

С XIX века русские офицеры начали надевать перед боем особые кольца. Верхний слой их был отлит из чугуна или стали, чтобы мародеры не снимали их с погибших. Внутренний же слой де-

лали из золота и гравировали на нем имя и фамилию владельца.

И В ПИР, И В МИР

Для многих мужчин кольцо служило приспособлением, помогающим в труде, быту, развлечениях или ратных подвигах. С помощью колец защищали пальцы, стреляя из лука. В этом случае их надевали сразу по три: на указательный, средний и безымянный пальцы правой руки. Сапожники и портные по сей день считают незаменимым кольцо с наперстком.

А для кулачных боев на Руси изготавливали кольца с массивными вставками из металла и камня, чтобы усилить удар и защитить пальцы.

Кавказские горцы в начале XIX века на большой палец правой руки надевали массивное кольцо из серебра — так было удобнее взводить курок.

«ЗНАК КАЧЕСТВА»

С помощью обручального кольца всегда проверяли качество ажурных оренбургских платков. Настоящая пуховая «паутинка» должна без труда пройти через него. Даже палантин размером 170 на 55 см без труда можно протянуть через кольцо. Если изделие прошло такой тест, значит, связала его мастерица из качественного пуха и то настоящий оренбургский платок.

Если вам доведется собирать съедобных улиток в Швейцарии, помните, что необходимо будет запастись разрешением и кольцом с диаметром в 35 мм. Ведь улитку, которая не застрянет в этом кольце, надо отпустить на волю, чтобы подросла.

А в Калининграде с помощью кольца проверяют... людей. Чтобы попасть в Подводную лодку-музей Б-413 на набережной, посетители сперва должны «пролезть» через металлическое кольцо.

Его диаметр равен люкам, через которые внутри придется проходить посетителям. Такой, вот, придумали необычный «объем-контроль» диаметром 68 см.

ПРЕДАНИЕ СТАРИНЫ

Каждое обручальное кольцо в первую очередь означает нерушимую связь мужа и жены. А в Ирландии существует особое обручальное кольцо — кладдахское. По легенде, появилось оно давно, в конце семнадцатого века. Создателем его был влюбленный юноша Ричард Джойс, живший в рыбацкой деревушке Кладдах. Собравшись жениться, Ричард отправился в дальние страны, но попал в плен к пиратам. Его продали в рабство ювелиру, у которого Ричард обучился основам мастерства. Вспоминая невесту, Джойс изготовил кольцо: две руки, которые держат сердце, как символ любви и верности, а над ними — корона, обозначающая преданность.

Юноше повезло, вскоре из рабства его освободили.

Бывший хозяин предлагал ему в жены единственную дочь и половину «бизнеса». Но верный Ричард вернулся на родину к возлюбленной, подарил ей выстрадавшее в разлуке кольцо, и вскоре они поженились.

И по сей день во время свадебной церемонии жених и невеста обмениваются кладдахскими кольцами и передают из поколения в поколение от матери к дочери. Но могут надеть кладдахское кольцо и мужчины в знак нерушимой дружбы.

Обручальные кольца всегда наделяли особой силой. Так, древние египтяне, греки и римляне втирали лечебные мази только пальцем, на котором носили обручальное кольцо. Этот палец прикладывали к ожогам, ранам и ячменям для исцеления.

В современной Америке у обанкротившегося банкира отнимут все ценное для оплаты долгов, кроме... обручального кольца.

А не так давно ученые выяснили, что женатые пары не страдают артритом безымянного пальца, если, конечно, постоянно носят на нем кольцо.

Подготовила Елизавета БЕЛОУСОВА



КЛЕТЧАТЫЙ ГАРДЕРОБ

Клетка – один из самых актуальных принтов этого сезона. Модели из клетчатой ткани выглядят всегда ярко и эффектно. Однако существует мнение, что клетчатые вещи подходят не всем. Это не так. Главное – правильно их скомбинировать и составить выгодный комплект. Мы подскажем вам, как это сделать.



1



2



3



4



5



6



7

1 Комбинированное платье из трех видов ткани: трикотажной, клетчатой и платьевой в горошек, выглядит очень весело и ярко — то, что нужно для темного и холодного времени года. Благодаря диагональному расположению деталей модель очень стройнит.

2 Клетчатые леггинсы с молниями можно носить с однотонным облегающим трикотажным пуловером или удлиненной туникой.

3 Очень ярко и эффектно выглядит рубашка, скомбинированная из трех видов хлопчатобумажной ткани. Лучше всего она будет сочетаться с джинсами или джинсовой юбкой.

4 Модели из ткани в крупную и яркую клетку не должны быть перегружены деталями. Это подтверждает лаконичный жакет длиной до талии с отложным воротником и тремя пуговицами. Отличный комби-партнер — мини-юбка.

5 Просто умопомрачительная юбка с воланами, выполненная из двух видов ткани в клетку, хорошо сочетается с однотонными и облегающими джемперами и блузами с минимумом деталей.

6 Трикотажный джемпер с рукавами из шотландки — удачный партнер к кожаным шортам-юбке или обычным джинсам.

7 Накидка в клетку с кожаными деталями — патой с пряжкой и кантом по линии горловины — подарок любительницам английского стиля. Удачно смотрится поверх любого трикотажного свитера.

8 «Двойка», состоящая из топа с баской и клапанами по бокам и приталенного жакета с расширенными рукавами, обладает уникальной отделкой: бахромой, выполненной из той же ткани. Модель выглядит просто сногшибательно! Носите ее с узкими брюками.

9 Элегантный костюм состоит из приталенного жакета с округлым вырезом горловины, смещенной линией переда и карманами «в рамку» с молниями и юбкой с запахом и кожаным кантом. Он подойдет высоким и стройным девушкам.

10-11 Комплект из клетчатой юбки в складку и однотонного жакета с отделкой клетчатым кантом и большим декоративным бантом на плече выглядит очень стильно и эффектно. Жакет прекрасно смотрится и с джинсами.

12 Блузон из клетчатого шифона с цельнокроеными рукавами и удлиненной спинкой хорошо сочетается с узкими джинсами или юбкой.



8



9



11



12



ПОПАЛИ В ПЕРЕДЕЛКУ!

Старые трикотажные пуловеры, свитеры, джемперы и кардиганы можно переделать в новые стильные вещицы, приложив немного усилий и подключив фантазию. Наши идеи подскажут вам, как это можно сделать.



1 Кардиган в крупную резинку выглядит совсем по-новому с большим съемным воротником из искусственного меха и кожаными накладками на рукавах.

2 Простой трикотажный пуловер превращается в стильную штучку с помощью простого приема: нужно разрезать спинку по средней линии, втачать лоскут хлопчатобумажной ткани с кружевом по нижнему краю и пришить пуговицы и петли к половинкам спинки.

3 Из старого длинного кардигана можно сделать укороченный новый: отрезаем или распускаем его до линии бедер, обрабатываем край на оверлоке или вручную. Из оставшейся пряжи делаем бахрому и украшаем ею воротник, срезы полочек и нижний край модели.

4 Отрежьте у старого свитера рукава и пришейте новые — из натуральной или искусственной кожи. Завершенность





7

уютный... новый джемпер!

10 Надоел старый свитер и не хочется тратить время и силы на его переделку? Берем ножницы и делаем небольшие разрезики на рукавах. Грандиозный эффект за пару минут!

модели придадут накладные кожаные карманы.

5 Эффектный бант контрастного цвета делает простой пуловер, скомбинированный из бледно-розового и белого трикотажа, неповторимой вещичкой.

6 Если на старый свитер пришить разрезанный по диагонали шарф или платок, получится новый кардиган.

7 Выполнить эту модель несложно: отрезаем боковые части полочки по диагонали и пришиваем лоскуты из крепа, декорируя их кружевной лентой. Так же поступаем и со спинкой: оставляем кокетку, скошенную вниз по диагоналям, и пришиваем лоскут крепа и отрезки кружевной ленты.

8 Любимый джемпер будет выглядеть совсем по-другому, если украсить его круглыми металлическими пуговками по линии горловины, плеч, окатов рукавов, средней линии переда и фигурной кокетки с вырезом или так, как подскажет вам фантазия.

9 С помощью двух лоскутков искусственного меха джемпер превращается в стильный, утепленный и

8



9



10



отрезать у него верхнюю часть, сделать новую из кружевной ткани, а из отрезанной вырезать фигурные накладки и обтачку для горловины.

трикотажные нитки и декорируем рукава и кокетку длинной бахромой.

12 Эффектно и очень соблазнительно будет смотреться пуловер из тонкого трикотажа, если

11



12



Подготовила
Марина ГРУЗДЕВА

Итак, мы сказали друг другу всё, что так долго копили в себе, всё, что не могли выговорить вслух.

Теперь мы оба свободны. Мы завершили наши отношения, и я снова почувствовал себя счастливым и беспечным.

Друзья могли приходить ко мне без звонка, засиживаться до утра, я мог часами слушать мой любимый тяжелый рок, в выходные спать до полудня, а в будни не спешить после работы домой.

Но однажды вечером меня охватило непреодолимое желание услышать голос Лизы. И прежде, чем я придумал спокойные и сдержанные слова, которые можно было произнести после знакомого «алло», я вдруг выпалил: «Прости, я не могу без тебя жить». Дыхание перехватило. Всё. Теперь надо дождаться ответа, дающего надежду на возможность возвращения... Но из трубки доносится сухой шелестящий звук: «Извини, но мы расстались. Ты ушел из моей жизни, и для тебя места в ней нет». Следующие полгода я провел, тоскуя по ней...

Владимир, 33 года.



СТАДИИ ОСОЗНАНИЯ «СВОБОДЫ»

Случалось ли вам, разорвав отношения с мужчиной, снова и снова задавать себе один и тот же вопрос: «Как он мог забыть такую любовь, какая была у нас совсем недавно?» А потом, когда боль уже притупилась и даже почти прошла, он вдруг вторгается в вашу с большим трудом налаженную жизнь телефонным звонком, пытаясь вернуть то, что вернуть уже нельзя.

Что же произошло с ним в период между вполне осознанным «Нам нужно расстаться...» и отчаянным «Пожалуйста, вернись ко мне!!!»?

Оказывается, мужчины переносят разлуку совсем не так, как женщины.

Сначала они проходят несколько стадий осознания своей свободы.

А потом наступает прозрение...

Первые три дня

ЗАНЯТЬ СЕБЯ, ЧТОБЫ ОТВЛЕЧЬСЯ

Вто время, когда толпа подружек, впервые после разлуки из-за вашего романа собравшись вместе, дружно

вытирает ваши слезы, он настроен весьма решительно и не сидит, сложа руки.

«Мы с Настей закончили наши пятилетние отношения за завтраком, — вспоминает Степан (28 лет), — и в тот же день я делал все, что угодно, лишь бы забыться: слушал громкую музыку, перебирал и сортировал свои диски, играл в баскетбол, перестирал всю грязную одежду и тщательно убрал в своей холостяцкой квартире... За работой я осознавал, что эта эмоциональная кома не может длиться всю жизнь и я ее обязательно преодолее».

Четвертый день

УБРАТЬ ВСЁ, ЧТО НАПОМИНАЕТ...

Ваши подруги продолжают перемывать косточки и ему, и своим бывшим, и бывшим общим знакомым, не забывая подливать вам (и себе) в бокалы вино, а мужчина, окончательно внушивший себе, что все не так уж плохо, начиная с четвертого дня «свободы», методично избавляется от всего, что ему напоминает о вас. Потому что, если он не сделает этого, ему будет на-

много труднее внушать себе, что в его жизни сейчас все замечательно.

«Я выбросил все ароматизаторы для ванн, цветы, которые она повсюду расставила, ее домашние тапочки, разорвал на мелкие кусочки фотографии...», — признается **Виктор (32 года)**. Это был его способ сказать самому себе: «В конце концов, я спокойно жил тридцать лет до того, как встретил ее!»

С пятого по двадцать первый день

ПОРА ВЫХОДИТЬ «В ЛЮДИ»

С того момента, как до вас, наконец, доходит, что, по большому счету, он никогда никому из вашего окружения не нравился, что вы заслуживаете партию получше, а ваши друзья просто терпели его присутствие ради вас, вы постепенно начинаете к нему охладевать.

А в это время он понимает, что до распада ваших отношений он не был одинок, а сейчас ощутил одиночество в полной мере. Следовательно, ему нужно находиться в окружении людей. Полностью отдаваясь развлечениям, он изо всех сил убеждает себя в том, что это и есть прелесть холостой жизни. «Каждый вечер я открывал записную книжку и звонил всем своим друзьям подряд, — признается **Михаил (23 года)**, — и это было лучше, чем сидеть дома в одиночестве наедине со своими мыслями».

Спустя месяц

ОТЧАЯННОЕ ВЕСЕЛЬЕ

Если, увидев его случайно, вы сделаете вывод, что он сейчас «на коне» — прекрасно выглядит и отчаянно веселится в окружении приятелей и разбитных девиц, не верьте глазам своим. Он сам обманывает себя. А его громкий смех — отнюдь не выражение счастья, а лишь попытка заглушить боль, которая не отпускает...

Именно на этом этапе мужчина начинает задумываться о том, кого он потерял. «Если по радио звучала песенка о том, что «она ушла и ее не вернешь», мне казалось, что ее написал не иначе как гений и настоящий знаток человеческих душ, хотя раньше я бы просто не стал ее даже слушать», — говорит **Геннадий (35 лет)**.

Где-то через месяц многие из мужчин, разорвавших прежние отношения, начинают тосковать по утраченному общению и испытывают желание позвонить своим бывшим, чтобы «просто поболтать»...

Спустя 6 недель

НЕ МОГУ НЕ ПОЗВОНИТЬ

Однажды, проснувшись утром, вы чувствуете себя не одинокой, а свободной, понимаете, что выпавшие на вашу долю испытания сделали вас сильнее, мудрее, и начинаете обретать былую гармонию.

А ваш бывший уже почти готов снова вторгнуться в вашу жизнь. Он одинок, ему просто необходимо знать, с кем вы сейчас, он меч-

тает о том, чтобы вы были так же несчастны, как и он... Но поскольку чувствует себя слишком уязвимым, то подойти и заговорить с вами не решается. Поэтому начинает «телефонные проверки».

«Я купил новую сим-ку и вечерами бесконечно набирал номер ее домашнего телефона просто для того, чтобы услышать ее голос и определить, грустит она, так же как я, или проводит время с новым мужчиной», — признается **Алексей (29 лет)**.

С 7-й по 12-ю неделю

ДЕПРЕССИЯ

Вы планируете свидание с этим невысоким, не очень симпатичным двоюродным братом вашей подруги, и хотя он не совсем в вашем вкусе, вам приятно сознавать, что вы вызываете к себе интерес противоположного пола.

А в это время ваш бывший, менее уверенный в себе, чувствует себя ужасно. Возможно, он пытается залить свою боль вином и, несмотря на все попытки избавиться от угнетающих мыслей, они преследуют его снова и снова. Результат? Депрессия. «Развлекаться на полную катушку поначалу действительно весело, — говорит **Григорий (27 лет)**, — но потом от этого становится еще более грустно».

И в то время, когда вы уже прекратили сравнивать всех мужчин, с которыми вас сводит судьба, с ним, он, наконец, понимает, что потерял вас. На этом этапе ему хочется просто выговориться любому, кто его готов слушать. «Я мог излить душу любому, — говорит **Денис (33 года)**. — Я помню, как полтора часа рассказы-

вал о ней водителю такси. А друзьям я просто надоел со своими проблемами».

ня не слушал. Все отмахивались от меня примерно одинаково: «Ты еще ее не забыл? Да брось, старина...»

От 6 месяцев до 2 лет

ВЫ СЧАСТЛИВЫ

Ваш бывший занимает особое место в вашем сердце, но при воспоминании о нем вы чувствуете лишь, как оно слегка щемит. И вы действительно верите, что ваша жизнь налаживается. Вы уже перевернули страницу, оставив позади прошлое, чтобы шагнуть в будущее. Вы окончательно избавились от призрака законченного романа.

Но в тот момент, когда вы меньше всего этого ожидаете, вдруг раздается телефонный звонок и, подняв трубку, вы слышите его дрожащий голос...

Да, возможно, он пьян, но так еще и не понял, что на самом деле будет означать этот возврат к прошлому.

«Когда я позвонил Ирине после двухлетнего перерыва, она уже была помолвлена с другим мужчиной, — говорит **Юрий 28 лет**, — «Ты хочешь, чтобы я была с тобой, только потому, что сейчас это невозможно!» Наверное, она была права. Но все, чего я хотел в тот момент, это получить еще один шанс».

Скажите ему, что утро вечера мудренее, и посоветуйте, если до этого времени желание вернуть вас у него не улетучится, позвонить вам завтра...

Утром рассудок руководит нами лучше, чем эмоции, и если завтра вы снова услышите звонок и то же предложение, расскажите ему о своих чувствах.

Возможно, еще не поздно начать все сначала.

Но если вы абсолютно точно поняли, что он — пройденная страница в вашей жизни, просто пожелайте ему удачи и посоветуйте забыть вас.

Он сможет это пережить.



Гороскоп

с 15 января по 15 февраля

Астролог-консультант Николай БУРЯ

ОВЕН. Во второй половине января столкновения интересов могут приводить к проблемам с окружающими. После 23 января повысится уровень вашей жизненной энергии, более спокойным станет отношение к происходящему. Первая неделя февраля принесет хорошие новости, прибыль. Возможно, вам вернут старые долги. С 8 по 15 число придется заканчивать начатые дела, выполнять взятые ранее обязательства.

Неблагоприятные дни в январе: 15, 19, 25, 29. В феврале: 2, 7, 11.

ТЕЛЕЦ. После 15 января могут всплыть прошлые ошибки и заблуждения. Будьте осторожны в расходах, экономьте деньги. В конце месяца может потребоваться большая сумма на непредвиденные расходы. В первую неделю февраля возможно плохое самочувствие. После 6 числа придется решать финансовые вопросы в семье или с деловыми партнерами. С 8-го по 14-е будьте осторожны с огнем и электроприборами.

Неблагоприятные дни в январе: 18, 22, 26, 31. В феврале: 3, 8, 14.

БЛИЗНЕЦЫ. Во второй половине января желание сорить деньгами может стать причиной проблем. На работе у вас могут вспыхнуть конфликты. В семейной и личной жизни можно нечаянно столкнуться с ревностью, скандалами. В первой половине февраля следует быть очень аккуратными в тратах и вложениях, иначе в скором времени придется расплачиваться за неоправданный риск или непродуманное решение.

Неблагоприятные дни в январе: 15, 20, 25, 29. В феврале: 2, 6, 10, 15.

РАК. Во второй половине января на работе возможна реорганизация, не исключена смена руководства. После 23 числа старайтесь больше внимания уделять дому, семье. Не исключена дальняя поездка. В первой половине февраля может поступить интересное предложение о переходе на новую работу. В январе-феврале ваше здоровье очень уязвимо, остерегайтесь переохлаждений, травм.

Неблагоприятные дни в январе: 18, 23, 26, 30. В феврале: 1, 3, 9, 14.

ЛЕВ. В январе и феврале избегайте физических и эмоциональных нагрузок — берегите нервную и сердечно-сосудистую системы. Финансовые операции в период с 14 по 25 января окажутся разорительными. С 10 по 15 февраля возможны материальные трудности. Гармоничные отношения с противоположным полом будут нарушены. Ваше здоровье будет зависеть от психологического состояния.

Неблагоприятные дни в январе: 15, 21, 25, 29. В феврале: 1, 2, 12, 15.

ДЕВА. Во второй половине января и первой половине февраля упадок сил и обострение хронических заболеваний отразятся на вашей работоспособности. Уязвимы суставы, могут беспокоить зубы. Потеря бдительности может привести к ошибкам при подписании документов или принятии решений. Начало февраля принесет много организационной работы и большие шансы на успех, а также на увеличение доходов.

Неблагоприятные дни в январе: 17, 24, 26, 30. В феврале: 4, 9, 13.

ВЕСЫ. Во второй половине января на работе возможны конфликты, в отношениях с близкими — ссоры, охлаждение чувств. У родителей — проблемы с детьми. Начало февраля ожидается благополучным периодом как для работы, так и для личной жизни. В период с 4-го по 10-е возможна удачная поездка. Одиноким ждет приятная встреча, знакомство и, возможно, начало длительного и перспективного романа.

Неблагоприятные дни в январе: 16, 19, 25, 29. В феврале: 1, 7, 11.

СКОРПИОН. Вторая половина января — напряженный период. С 16-го по 21-е число непроверенная информация, ошибки в работе могут привести к большим неприятностям. После 29 января захочется больше времени проводить у домашнего очага. В феврале на первый план выйдет личная жизнь. Возможны приятные хлопоты, связанные с приобретением или обменом недвижимости, переездом на новое место жительства.

Неблагоприятные дни в январе: 17, 22, 26, 30. В феврале: 4, 8, 13.

СТРЕЛЕЦ. Вторая половина января — благоприятное время для переговоров, новых контрактов, смены места работы. С 17-го по 21-е возможны проблемы со здоровьем, а с 21-го по 25-е ваши эмоции могут привести к конфликтам с окружающими. В первой половине февраля на работе сложится напряженная обстановка, но можно рассчитывать на вознаграждение. Личная жизнь будет активной и полной романтики.

Неблагоприятные дни в январе: 16, 20, 24, 28. В феврале: 1, 6, 10.

КОЗЕРОГ. Во второй половине января в бизнесе, как и в личной жизни, все будет зависеть от вашей инициативы. В период с 19 по 22 января возможны финансовые трудности из-за непредвиденных расходов. С 24-го по 29-е высока вероятность заболевания. Первые дни февраля — период относительно спокойный. После 5-го финансовые проблемы могут помешать личным планам и намеченной поездке.

Неблагоприятные дни в январе: 18, 23, 27, 31. В феврале: 4, 9, 14.

ВОДОЛЕЙ. Во второй половине января возможны короткие деловые поездки, неожиданные встречи. Однако в эти дни нужно быть особенно сосредоточенными, внимательными и экономными, поскольку есть риск неудачных покупок, денежных потерь. В конце месяца старайтесь не допускать переутомления. В первой половине февраля возможна хорошая прибыль. Здоровью ничто не угрожает.

Неблагоприятные дни в январе: 15, 21, 24, 28. В феврале: 1, 2, 15.

РЫБЫ. Во второй половине января у многих Рыб возрастет романтический настрой. С 19-го по 22-е возможны повышенная утомляемость, подверженность простудам. В конце месяца несобранность и рассеянность могут стать причиной неприятностей на работе. В первой половине февраля расточительность может привести к финансовым трудностям. С 7 по 11 февраля избегайте проблем в личных отношениях.

Неблагоприятные дни в январе: 18, 23, 27, 31. В феврале: 4, 8, 12.

КТО ОСЕДЛАЕТ ДЕРЕВЯННУЮ ЛОШАДКУ?

31 января 2014 года в 01 час 40 минут вступит в свои права новый управитель года — **СИНЯЯ ЛОШАДЬ**. В традиционном китайском календаре — это цвет энергии дерева.

В отличие от мудрой, но хитрой Змеи, Лошадь во всех странах всегда пользовалась хорошей репутацией и годы под ее символикой всегда способствовали прекращению длительных войн и конфликтов. Год Лошади принесет с собой благоприятный ветер перемен, мощную энергию, способную внести порядок в сложившуюся жизнь. Год обещает много встреч, интересных поездок, развлечений, любовных авантур.

Что же несет год Деревянной Лошади людям, родившимся в разные годы по китайскому календарю?



Родившиеся в год **КРЫСЫ** должны быть начеку: не ищите неприятностей, они сами найдут вас. Не придирайтесь по пустякам, не критикуйте ради критики, не вызывайте ни споров, ни ссор. А главное, до 31 января постарайтесь отдать все долги, иначе они будут преследовать вас весь год.



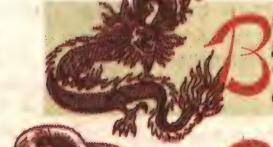
У людей, родившихся в год **БЫКА**, должны уладиться все проблемы. Работы будет много, и она принесет вам не только моральное удовлетворение, но и солидную прибыль. Занимайтесь своим делом, а от кипящих вокруг страстей постарайтесь остаться в стороне.



Рожденные в год **ТИГРА**! Займитесь, наконец, делом и определите для себя, что для вас главное. Год Синей Лошади может оказаться очень удачным. Интриг и конкурентов можно не опасаться, а главные ваши враги — бездеятельность и лень.



Для тех, кто родился в год **КРОЛИКА (КОТА)**, наступающий год обещает быть спокойным. Занимайтесь своим делом, прибыль (как цыплят) будете считать по осени. А весь год вас ждут светские мероприятия, вечеринки, развлечения. Готовьте новые наряды!



Вы родились в год **ДРАКОНА**? Тогда в новом году у вас есть шанс продвинуться по службе. И если удастся обойтись без конфликтов с начальством, ваша карьера пойдет в гору. А вот в любви из-за излишней самонадеянности могут возникнуть проблемы.



Родившимся в год **ЗМЕИ** потребуется осторожность во всем, особенно — в любви. Грядущий год сулит вам много бурь и переживаний. Чтобы выдержать все это, вам потребуется вся ваша мудрость. Смените обстановку: место жительства или сделайте ремонт в своей квартире.



Если вы родились в год **ЛОШАДИ**, наступающий 2014-й — ваш год! Многие проблемы останутся позади, к вам может прийти большое счастье и в личной жизни, и в работе. Главное — не разрывайте связи ни с одним из своих союзников и не будьте слишком самоуверенны.



В новом году рожденные в год **КОЗЫ (ОВЦЫ)** будут спокойны и довольны. Артистизм и неотразимое обаяние помогут им разрешить серьезные проблемы, принесут успех в деловых отношениях и будут способствовать материальному росту. А кроме работы их ждут развлечения, друзья и любовь.



Те, кто родился в год **ОБЕЗЬЯНЫ**, могут найти весьма выгодную работу, но стабильности и уверенности им будет не хватать. Главное — не расплыться и избегать любых авантур, какими бы привлекательными они ни казались.



Родившихся в год **ПЕТУХА** перемены и перипетии года будут развлекать до тех пор, пока не коснутся их лично. В этот год они будут испытывать зависимость от партнера: возлюбленного или близкого друга, но осторожность не помешает и в своем «курытнике».



Для рожденных в год **СОБАКИ** грядущий год будет связан с переменами в привычной деятельности. Год будет удачным. Они сумеют найти надежного делового партнера или свою судьбу, а возможно, создадут семью. Не раздражайтесь попусту и верьте в успех.



Чтобы не попасть в неприятную историю, тем, кто родился в год **КАБАНА**, следует быть очень осторожными. Возможны проблемы в партнерских отношениях и финансовых вопросах. Более благоприятно сложится второе полугодие. Появятся новые перспективы и источники дохода.

Частные проблемы В ТЕНИ ПОДРУГИ?

Жизнь удивительна. Она часто сводит в дружбе людей разных интересов, темперамента, социального положения и материального достатка. Бывает, что, несмотря на все различия, в дружбе сохраняются равноправные отношения, а бывает, что кто-то один играет первую скрипку, а второй постоянно находится в тени. Кого-то такое положение устраивает, а кому-то очень хочется из этой тени выйти, но сохранить при этом дружбу. Как быть, если из вас двоих привлекает внимание окружающих только ваша подруга, потому что она...



...САМО ОЧАРОВАНИЕ

Мы познакомились на дне рождения моего двоюродного брата. Настя — его однокурсница. Она мне сразу понравилась: веселая, с юмором, не зазнайка, душа компании. Обменялись телефонами, встретились раз, другой и сдружились. Я познакомила ее со своими друзьями, она меня — со своими. Но получилось так, что все парни из моего окружения, даже те, что проявляли ко мне явный интерес, теперь увиваются вокруг Насти. Не знаю, что они в ней нашли! Я гораздо симпатичнее и одеваюсь лучше. Я тоже много читаю, занимаюсь спортом, люблю ту же музыку. Не пойму, почему Настя заняла в их сердцах мое место. Причем, сама она совершенно не обращает внимание на то, что где бы ни появилась, все парни вертятся вокруг нее, а я стала как бы невидимкой. Очень обидно, но расставаться с Настей я не хочу. С ней интересно. Кроме того, я же вижу, что она специально ничего не делает для того, чтобы парни восторгались ею. Но как теперь быть мне? Инга, 21.

ВЫХОД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ. Вы сами чуть ли не с первого взгляда выделили ее из толпы, Вам с ней интересно, Вы не хотите

с нею расставаться. Скорее всего, Настя из тех милых, обаятельных женщин, которые притягивают к себе, как магнит. Вокруг них всегда полно друзей и поклонников, и не потому, что они красотки, а потому, что они очаровательны, дружелюбны, улыбки, интересны в общении, и это их естественное поведение. Они обычно даже не замечают, что все вокруг очарованы ими.

Присмотритесь к подруге, как она ведет себя с парнями, как общается, что именно нравится в ней представителям противоположного пола. Конечно, рядом с такой красавицей очень сложно обычным девушкам, пусть даже симпатичным. Они уходят на второй план во многом из-за того, что не умеют подать себя, расположить к себе. Но ничто не мешает Вам посмотреть секреты очарования своей подруги и воспользоваться ими. Хотя взрастить в себе все то, чем ее наградила природа, непросто. Вам потребуется время, упорство и огромное желание. Зато каков будет результат!

...БОГАТАЯ НАСЛЕДНИЦА

Мы с Ксюшей дружим со школы. Тогда нас мало волновало, что мои родители простые люди, а ее папа — бизнесмен, да и бизнес его в ту пору еще только разворачивался, так что особой разницы в материальном положении у нас не было. Сейчас мы заканчиваем университет, и наша дружба все больше разваливается из-за того, что Ксюша — богатая наследница. Она не кичится передо мной папиным богатством, по-прежнему приглашает на дачу, которая теперь превратилась почти во дворец, даже предлагает поехать отдыхать за границу за ее счет. Я соглашаюсь ехать с ней только в том случае, если удастся накопить денег на путевку. Не люблю быть нахлебницей. Но дело не в этом. Ксюшку совсем не испортило папино богатство, она такая же простая в общении, как и

раньше. Мы практически все свободное время проводим вместе, у нее нет отбоя от желающих подружиться и женихов, но меня рядом с ней никто не замечает. Конечно, кому нужна девушка, бедная, как церковная мышь! Я понимаю, что у меня нет шансов найти любимого мужчину, пока я везде появляюсь вместе с Ксюшей, потому что взоры мужчин обращены на нее. Еще бы, она богатая наследница! Как быть? Галина, 20.

ВЫХОД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ. Прежде всего, надо пожалеть подругу. Она, по Вашим словам, нормальная девушка и не кичится своим богатством. Но, к сожалению, дети богатых родителей очень часто притягивают к себе меркантильных людей, которых интересуют только деньги. Представьте, каково Вашей подруге знать, что мужчины, которые ухаживают за ней, интересуют не она сама, а деньги ее отца. Поэтому она и дорожит вашей дружбой. Возможно даже, что Вы — единственный человек, которому она может доверять. Но это не значит, что из-за этого все свое время Вы должны находиться рядом с ней. Найдите себе занятие по душе, чтобы сменить и расширить круг общения, заведите своих друзей, не связанных с Ксюшей. Среди них Вы будете чувствовать себя более комфортно и Вам проще будет найти своего мужчину.

...ВАШ НАЧАЛЬНИК

Мы с Ирой очень обрадовались, когда после института нам удалось найти работу в одном учреждении. Не хотели раставаться. Да и в новом коллективе освоиться, имея хоть одно знакомое лицо и родственную душу, легче. Но через три года освободилось место начальника нашего отдела, и его предложили Ирине.

Мы обе обрадовались, вот только новая должность стала мешать нашей многолетней дружбе. Ира узналась, а стоит мне заговорить на эту тему, обижается, обвиняет меня в панибратстве, хотя я стараюсь всегда называть ее по имени и



отчеству, не бравирую нашей дружбой перед коллегами и даже защищаю свою подружку перед ними. Если нашей дружбе все равно приходит конец, придется, наверное, искать другое место работы. Лена, 26.

ВЫХОД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ. Новый статус Вашей подружки, ее новые функции в коллективе неизбежно должны привести к изменению ваших отношений. Должность начальника обязывает и Вас, и Ирину к определенному поведению. Если вы хотите сохранить не только дружбу, но и хорошие отношения на рабочем месте, вам лучше подробно обговорить правила, по которым вы будете общаться на работе.

Она не должна требовать с Вас больше, чем с других подчиненных, не должна зачитывать Вами дырки в работе только потому, что Вы ее подружка.

Вы не должны ждать от нее больше, чем от других начальников, пользоваться своим привилегированным положением. Помните, что на работе вы только коллеги, а не подружки. И если у вас обоих получится следовать этим правилам, Вы не только не будете вынуждены искать другую работу, но и дружбу сохраните. Ведь в свободное от работы время вы по-прежнему на равных.

...АКТИВНАЯ

Жаша дружба с Леной сложилась сама собой. Просто мы 1 сентября в институте оказались в одной группе. Лена была первым человеком, с кем я познакомилась на курсе. Поскольку мы обе были приезжими, нам было удобно держаться вместе, а потом сняли комнату на двоих и сдружились. Я — не то чтобы серая мышка, просто мне требуется время, чтобы привыкнуть к новому месту, к людям, сойтись с ними.

А Лена совсем другая. Уже через месяц учебы она была в курсе всего, что происходит на факультете, познакомилась со старшекурсниками, узнала сильные и слабые стороны преподавателей, и начала посещать все общества, факультативы и коллективы художественной самодеятельности, какие только возможно... Причем, не просто ходила везде сама, но и меня стала за собой таскать. С одной стороны, мне очень интересно, а с другой — я иногда чувствую себя ненужным довеском. Многие из тех, с кем мы теперь общаемся, никак не могут запомнить, как меня зовут. Фразы типа: «Извини, не помню, как тебя зовут, ты приходила с Леной...» или «Слушай, передай, пожалуйста, Лене...» — начинают меня бесить. Кроме того, такая чересчур активная жизнь меня утомляет. Вот и не знаю, что делать. Очень хочется, чтобы окружающие меня тоже замечали, а не видели во мне тень Лены, но расставаться с ней не хочется. Она — классная девчонка, и с ней не соскучишься. Юлия, 19.

ВЫХОД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ. Неудивительно, что активный человек всегда на виду,

его все знают в лицо или хотя бы понаслышке. Рядом с такой подружкой не остаться незамеченной можно только в одном случае: тоже стать активной, ну или хотя бы более смелой, проявлять больше инициативы, не бояться общения с незнакомыми людьми.

А вообще Вам с подружкой повезло. У нее можно многому научиться, прежде всего умению завязывать отношения с новыми людьми. Оно очень пригодится Вам в дальнейшей жизни, поможет познакомиться с разными людьми. А широкий круг общения — это замечательная возможность найти друзей и даже встретить свою судьбу.

Не огорчайтесь, что Вас знают только как подружку Лены, это ненадолго. Пройдет немного времени, и среди ваших общих знакомых найдутся те, кто не просто запомнит Вас, но и будет больше общаться не с активной Леной, а с Вами.

Слишком активные люди, конечно, всегда на виду, но им не хватает времени на обстоятельные и глубокие отношения с друзьями: они

постоянно заняты — надо куда-то бежать, с кем-то встречаться, организовывать какие-то мероприятия...

Учитесь у подружки быстро сходиться с людьми. Найдите среди увлечений то, которое будет Вам по душе. Ведь без нее Вы вряд ли смогли бы перепробовать столько разных занятий. Но помните, что Вам совершенно не обязательно везде ходить за ней хвостиком, особенно, если Вас это утомляет. Выберите те направления, которые Вам нравятся, а в остальном предоставьте ей заниматься своими делами без Вашего участия.

...И ПРОСТО КРАСАВИЦА

СВикой мы учились в одном классе, жили в одном доме, вместе делали уроки, занимались спортом, всегда поддерживали друг друга. Потом выросли, и к 16 годам Вика превратилась в настоящую красавицу, а я так и осталась обычной девушкой. Когда она поняла, что парни от нее без ума, то очень

изменилась: стала заносчивой, высокомерной, а иногда и грубой. Ведь она — первая красавица в нашем дворе, в школе, а теперь и на курсе: яркая, общительная, парни за ней табуном ходят, она их меняет, как перчатки, а временами просто «отшвыбывает». Причем, те, кого она бросила, начинают активно дружить со мной, но я нужна им исключительно как «эмо-летка», в которую удобно поплакать. Встречаются ее бывшие парни со мной только потому, что я — подружка Вики, а им хотелось быть поближе к ней.

Я долго терпела, подбирала ее бывших, утирала им слезы и жила в тени своей подружки. Но мне это надоело. Надо ведь и свою жизнь устроить! Вот только возможно ли это рядом с подружкой-красавицей? Ольга, 20.

ВЫХОД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ. Очень сложно. Особенно, если красавицу интересует только она сама, а точнее, впечатление, которое она производит на парней, а на других людей ей наплевать. Очень хорошо, что Вы это поняли не слишком поздно. Конечно, Вам трудно расстаться с подружкой детства, но поймите, той девочки, с которой Вы вместе делали уроки, уже нет. Представьте, что Вы познакомились с Викой только сейчас. Стали бы Вы с ней дружить? Вряд ли.

Если Вы останетесь рядом с подружкой, то никогда не найдете свою любовь. Вернее, найдете, но сохранить ее вряд ли удастся. Обычно красотищи очень ревнивы к чужим успехам в личной жизни и уверены, что все мужчины должны любить только их. Вика все сделает, чтобы отбить у Вас любого понравившегося Вам парня. И не потому, что он нужен ей, а потому что никто из мужчин не имеет права любить другую женщину. Чем раньше Вы расстанетесь с Викой, тем больше у Вас шансов на личное счастье.

Расстаться с подружкой, которая вас затмевает, или сохранить дружбу? В конечном итоге, это ваше личное дело. Главное, надо радоваться, что в вашей жизни была настоящая подружка. Это счастье, которое дается не всем.

А расставание? Ну что же. Жизнь часто разводит людей и более близких, чем подружки. Но это не значит, что у вас больше никогда не будет подруг. Таких, дружба с которыми будет приносить не проблемы, а радость.

Подготовила Мария ДРОНОВА



СТРЕМЯНКА НЕ ДЛЯ РЕМОНТА



Обычная стремянка может стать «изюминкой» вашего интерьера, если дополнить ее полочками. А если взять не одну стремянку, а две или три, то можно сделать необычную стенку в гостиную или вместилище для домашней библиотеки.

Мебель из стремянок легко можно соорудить, даже не имея никаких навыков. В большом супермаркете вам вырежут полочки нужного размера. Останется только установить стремянки, на ступеньки уложить полочки и заполнить их по своему усмотрению.

Стенки и стеллажи из стремянок не занимают много места, при этом они емкие, не скрадывают пространство помещения, потому что открытые и воздушные, их легко собрать и разобрать, чтобы перенести в другое место. Стремянки можно выкрасить в любой нужный вам цвет, полочки сделать в тон или контрастные. А, главное, они обойдутся вам гораздо дешевле, чем привычная мебель, которая может выполнять те же функции.



1 Стенка из двух стремянок вполне подойдет для комнаты в общежитии или жилища молодых людей, которые еще не успели обставить вешами. Кроме телевизора, на ней могут разместиться книги, рамочки, коробки и милые безделушки.

2 Идею создания стеллажей из стремянок можно разнообразить походяжей мебелью из... обычных косяков. Отпилите у них низ, соедините шурупами и добавьте перекладыни, на которые можно положить полочки. Такой мини-стеллаж очень хорош для узкого пространства, где стремянки использовать трудно.

3 Соединив три или даже четыре стремянки, мож-

но получить замечательную стенку-стеллаж для длинного коридора. Открытые полки такой стенки не скрадывают пространства, а наоборот, украшают его, создавая в длинном узком помещении своеобразный декор. Кроме того, такой стеллаж очень функционален, так как позволяет разместить множество небольших необходимых вещей, которые обычно приходится распахивать по шкафам. А здесь они всегда будут под рукой.

4 Из стремянки получается замечательный кухонный стеллаж, на котором можно разместить и посуду, и продукты, и даже горшки с цветами.





5 Небольшую библиотеку, документы, необходимые для работы на дому или учебы, тоже можно разместить на стеллаже из стремянок. Если поставить его рядом с рабочим местом, то на стеллаже найдется место не только для книг, но и для сканера, и для принтера, которые не будут загромождать компьютерный стол.

6 Если стремянку и полочки на ней выкрасить точно в тон стен в комнате или на кухне, стеллаж из стремянки будет практически не заметен и не будет скрадывать пространство. Особенно эффектно это бу-

дет выглядеть, если вещи, поставленные на стеллаж, будут выдержаны в тех же тонах.

7 Совершенно иначе смотрится стенка из перевернутых вверх ногами и укрепленных на стене стремянок. Места в комнате она занимает еще меньше, а украшает ее необыкновенно, особенно за счет подсветки, закрепленной под полками.

8 Иногда в комнате остается свободным уголок у окна, который своей пустотой нарушает общее впечатление, а занять его какой-то полезной мебелью не получается, слишком мал. По-



ставьте в него слегка раздвинутую стремянку. Она будет выполнять роль узкой этажерки, на которую можно выставить книги, безделуш-

ки, горшки с цветами. Гармоничность пространства будет восстановлена.

Подготовила
Галина УШАКОВА

КАКАЯ ВЫ ПОКУПАТЕЛЬНИЦА?

Шопинг для женщин – хобби, психотерапия, повод развлекаться и прогуляться. Большинство из нас не могут представить себе жизни без походов по торговым центрам и большим универсамам. Наступает время главных распродаж года, и в преддверии этого события, которого многие из нас ждут с нетерпением, предлагаем вам ответить на вопросы, чтобы понять, для чего вы ходите в магазины и к какому типу покупательниц относитесь.

1 С кем вы предпочитаете ходить по магазинам?

- Ни с кем. Я люблю ходить одна — а.
- С моим молодым человеком или близкой подругой — в.
- С компанией — б.

2 На что вы ориентируетесь, совершая покупку одежды?

- Я заранее планирую шопинг, ориентируясь на распродажи и спецпредложения — в.
- Я слежу за тем, что выбирают звезды, знаменитости, и стараюсь придерживаться трендов — а.
- Я не слежу за модой, просто покупаю то, что мне нравится — б.

3 Вы можете сказать, что шопинг удался, если...

- ...вам удалось купить классную вещь с большой скидкой — в.
- ...вы купили то, о чем мечтали очень давно — а.
- ...вы хорошо провели время в торговом центре с подругами — б.

4 Вы всегда покупаете то, что наметили?

- Нет. Иногда я не нахожу того, что мне подходит, но отмечаю то, что, как мне кажется, подойдет моей подруге — б.
- Да. Я стараюсь планировать мой поход в магазин, поэтому всегда знаю, где купить то, что мне нужно — в.
- Нет, хотя я всегда нахожу то, что мне подойдет, просто иногда не вижу необходимости в покупке — а.

5 Когда вы находите изумительно подходящее вам предложение, всегда сообщаете о нем подругам?

- Нет, я предпочитаю промолчать, чтобы не разглашать секретные источники собственного стиля — а.
- Иногда. Пусть они тоже имеют возможность найти там то, что им подойдет — в.
- Конечно! Но исключительно для того, чтобы поделиться с ними радостью! — б.

6 Вы нашли то, что, по вашему мнению, вам очень подходит. Насколько вам важен совет подруги, стоит ли покупать или нет?

- Очень важен. Я буду долго сомневаться, покупать или нет, если мне некому будет посоветовать — б.
- Абсолютно не важен. Я сама знаю, что мне нужно — а.
- Хорошо, когда есть кому посоветовать, но это не принципиально — в.

7 Вам не удалось купить то, что вы хотели. Ваши чувства:

- Я расстраиваюсь. Очень жал! — а.
- Ничего страшного! Прогуляться по магазинам все равно приятно — б.

- Я испытываю раздражение из-за впустую потраченного времени — в.

8 Когда вам нужно устроить перерыв во время шопинга, чем вы займетесь?

- Выпью чашку кофе — для быстрого подъема сил и настроения — а.
- Посижу в кафе с подругами и обменяюсь впечатлениями — б.
- Позвоню подруге, чтобы обсудить, где найти наилучшие предложения — в.

9 Как вы планируете поход по магазинам?

- Не планирую, а иду тогда, когда соберутся подруги — б.
- Заранее просматриваю модные журналы, собираю информацию о скидках и акциях, намечаю то, что хочу купить — в.
- Жду, когда у меня будет свободный день, и иду в магазин, желательно в тот, где не совершают покупки мои знакомые — а.

10 Что для вас удачная покупка?

- Что-то очень индивидуальное — а.
- То, что мне очень идет — как говорят окружающие — б.
- Очень модное и, что еще лучше, купленное со скидкой! — в.



БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ А: ВЫ — ПОКУПАТЕЛЬНИЦА-ОДИНОЧКА

Вы обладаете прекрасным чувством стиля, точно знаете достоинства и недостатки своей фигуры и умеете с помощью одежды и аксессуаров подчеркнуть одни и скрыть другие. Отправляясь в магазин, вы всегда выбираете что-то свое, подходящее именно вам, и не нуждаетесь в советах окружающих. Шопинг для вас — время побыть наедине с собой, своими мыслями, воплотить свои мечты. Скорее всего, вы — творческая личность, обладающая богатой фантазией, или решительная, уверенная в себе девушка, которая точно знает, чего хочет — как в жизни, так и в отделе торгового центра. В своем кругу вы — законодательница моды и стиля. Вам почти всегда удается купить то, что будет выглядеть на вас просто сногшибательно, но, при этом, вы стараетесь не разглашать места своих приобретений, поскольку не хотите, чтобы кто-нибудь «украл» ваш стиль. Но не стоит быть чересчур скрытной — время от времени можно поделиться с подругами секретами своей красоты и стиля, ваш имидж не пострадает, а отношения с подругами выиграют!

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ Б: ВЫ — ПОКУПАТЕЛЬНИЦА-ДУША КОМПАНИИ

Шопинг для вас — скорее прекрасное времяпрепровождение, нежели способ приобретения новых вещей. Вы ходите по магазинам прежде всего для того, чтобы пообщаться, развеяться, отдохнуть и поболтать с подружками. Если при этом вы еще и купите что-то классное — что ж, это дополнительный плюс! Пристрастия и вкусы в вашей компании примерно одинаковы, у вас всех почти один и тот же стиль, поэтому вам очень важно мнение подруг. Если, например, вам нужно купить наряд для особого случая, вы не можете представить себе поход в магазин без тех, кто может дать вам хороший совет и одобрить покупку. Вы и ваши приятельницы всегда готовы прийти друг другу на помощь, когда дело касается вопросов стиля, моды и выбора нарядов. Но имейте в виду, иногда полезно «оторваться от толпы» и попробовать что-то свое. Разнообразие поможет вам найти свою «изюминку» и сделать стиль более индивидуальным.

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ В: ВЫ — ПОКУПАТЕЛЬНИЦА-ОХОТНИЦА ЗА СКИДКАМИ

«Распродажи», «акции», «спецпредложения» — эти слова для вас не пустой звук. Они — как сигнал к атаке на любимые отделы торговых центров. Вам нравится добывать супервещи по суперцене и делать это первой! И это непростая задача! Чтобы стать обладательницей хорошего трофея, нужно немало потрудиться: вовремя узнать о готовящейся акции, отложить другие дела, чтобы оказаться в нужном месте в нужное время, и первой успеть купить то, на что, наверняка, уже положили глаз другие охотницы. Но в этом и заключается весь смысл вашей хорошо спланированной акции. Поэтому вы не жалеете ни сил, ни времени, необходимых для «предпокупочной» подготовки. Как в жизни, так и в делах шопинга вы умеете хорошо организовать свое время и обладаете достаточной мотивацией, чтобы добиться своих целей. Стремление к лидерству — прекрасное качество, но, при этом, не стоит забывать о том, что среди ваших подруг оно иногда может быть расценено как желание выделиться и показать свое превосходство. Поэтому иногда можно попробовать пройтись по магазинам просто «за компанию» и, хотя бы изредка, все-таки сообщать подругам о готовящихся распродажах!



ТАЙНЫ ЛЮБВИ

ЛЕОНИДА СОБИНОВА

Леонид Собинов ушел из жизни, когда был на пике славы и всемирного признания как актер. Он прожил очень счастливую жизнь и как артист, и как обычный человек — с присущими нашему обычному существованию радостями и печалью, встречами и расставаниями, заботами, хлопотами и — любовью.

Судьба подарила ему встречи со многими женщинами, некоторые из них сыграли огромную роль в его жизни, озарив ее любовью. И каждая любовь его осталась в прошлом со своей тайной...



ЛЮБИМЕЦ ПУБЛИКИ И... ЖЕНЩИН

Про Леонида Собинова можно было смело сказать, что он «толпою вечно окружен...». И немалая часть этой «толпы» состояла из женщин — разных возрастов и положений, жительниц столиц и провинциалок, многолетних замужних матрон и совсем юных созданий — все они составляли многотысячную гвардию «собиновских». Певец пользовался невероятным успехом у женщин, да и трудно было ожидать другого — ведь он был не только необычайно талантлив, но еще и красив, статен и необыкновенно обаятелен. Ну про кого еще мог ходить такой анекдот: «Однажды за кулисами во время спектакля две девушки возмутились, что Татьяна влюбилась в Онегина, а не в Ленского. На что актер Оленин, исполнявший в спектакле главную роль, заметил: «Милые барышни, не судите строго Пушкина, он ведь не знал, что Ленского будет петь Собинов»...

Буквально все современники великого певца вспоминали о нем не только как о чрезвычайно одаренном артисте, но и как об очень щедром и отзывчивом человеке, отличном собеседнике, интеллигентном и разносторонне образованном. В него нельзя было не влюбиться. И в него влюблялись...

«ОХ, РАНО ОН ЗАВЕЛ СЕМЬЮ!..»

Действительно, Леонид был еще совсем молод, когда женился — он только-только перешагнул двадцатилетний рубеж.

Уже тогда в нем боролись две страсти, два начала — мечта об адвокатском поприще и неудержимая тяга к искусству. С 1890 по 1894 год — студент юрфака МГУ, затем год обязательной военной службы, следующие четыре — помощник присяжного поверенного у знаменитого российского адвоката Ф.Н. Плевако. И одновременно — член студенческого хора, потом — учащийся Музыкально-драматического училища по классу вокала, участник итальянской оперной труппы, работавшей в Москве, и, наконец, с 1897 года — солист Большого театра!

Дебют Собинова был настолько блистателен, что дирекция театра, заключая с ним контракт, согласилась на все его

условия, в том числе и на совмещение театральных выступлений с адвокатской деятельностью!

Где-то к концу 1898 — началу 1899 года Собинов понял, что надо принять окончательное решение — либо в пользу адвокатуры, либо в пользу театральной сцены. Как ни странно, по времени принятие этого решения примерно совпадает и с другим, не менее серьезным в его жизни — он решает подать на развод.

Как уже было сказано, будущий великий певец женился рано. Избранница Собинова — начинающая драматическая актриса Мария Каржавина, с которой он познакомился на занятиях в музыкальном училище, — была на год моложе его. У молодых людей сердца горели страстью, души и разум были переполнены романтикой. Но для семейной жизни этого оказалось недостаточно. И даже несмотря на рождение двух сыновей, брак их оказался недолгим.

Слава и успех стремительно пришли к Собинову. И на этом фоне — неожиданное расставание. Почему брак распался? Почему 20 лет потом не оформлялся развод? Как удалось сохранить с Марией Федоровной дружеские отношения на протяжении всей оставшейся жизни не только самому Собинову, но и всей его семье? Можно предположить, что уход Леонида от карьеры адвоката, сулившей прочное положение, прежде всего материальное, в мир театра, где любовь и признание публики весьма непостоянны, породили в молодой семье разногласия и непонимание. А возможно, причина крылась еще глубже. Както в письме к одной знакомой Собинов дал не очень лестную характеристику бывшей жене: «...Я не имею никакого права отнимать у нее детей, хотя прекрасно знаю, что она очень плохо их воспитает...»

Трехлетний Борис и полуторагодовалый Юрий остались с матерью. Но Собинов не только любил своих мальчиков безумно — он присутствовал в их жизни постоянно. А они на его любовь отвечали ему взаимностью...

ПРЕКРАСНАЯ ЕЛИЗАВЕТА

В 1901 году Леонид Собинов познакомился с известной театральной семьей Садовских. Вся жизнь их была связана с

московским Малым театром: глава семьи и его супруга прослужили в нем без малого 40 лет, а одна из дочерей, Елизавета Михайловна, весной того года отметила уже семилетие своего служения Мельпомене. «Стаж» Собинова на тот момент был скромнее — всего четыре года на сцене Большого театра, но имя его уже гремело по всей Москве.

С первых же минут знакомства Леонид и Елизавета потянуло друг к другу. Они были ровесниками, однако Елизавета в свои 29 была барышней не только интересной, но и незамужней, а премьер Большого театра в свои 29 был не только человеком женатым (во всяком случае, официально), но и отцом двух сыновей.

Любови покоряться легко, спорить с нею трудно. Ни возражения родителей, ни общественное мнение, ни семейные обязанности не смогли помешать начавшемуся роману. Как говорится, так было угодно судьбе!..

Они встречаются то редко, то часто — в основном, в свободные дни и недели после окончания театральных сезонов или гастролей. Бывала судьба к влюбленным и благосклонна: иногда им удавалось вместе концентрировать или отдыхать, например, в Италии, куда Собинов регулярно ездил не только выступать, но и заниматься с итальянскими преподавателями пения, разучивая новые оперные партии. И немалая часть их романа существовала в виде... «романа в письмах».

«Я не могу допустить мысли, что ты захочешь быть мне чужой, что ты разлюбишь меня. Это невозможно, невозможно».

«Спасибо тебе, дученька, за фотографию; она мне доставила большое удовольствие. Но вместе с тем мне и захотелось еще поскорей увидеть тебя, моего милого. Без тебя мне жизнь не в жизнь, все какая-то тоска за сердце хватает. А при тебе этого никогда нет. До свидания пока, милый мой, любимый! Крепко, крепко целую тебя».

«Дорогой мой, любимый дружок... как я благодарен тебе за твое письмо, ты и представишь себе не можешь. Оно пришло как раз в такую минуту, когда я чувствовал себя особенно скверно. Какая-то сила внутренняя, должно быть, надоумила тебя написать мне. Безумно

хочется мне расцеловать тебя. И дни и ночи думаю я о тебе. Я не расстанусь с желанием быть с тобой каждую данную минуту...»

«...Вернувшись домой, я нашла у себя письмо от моего милого, прекрасного... единственного!.. Господи! Я просто дождаться тебя не могу! Что только со мной будет, когда я увижу тебя!..»

В письмах они делились и достижениями, и неудачами, и творческими планами. Елизавета выполняла поручения Леонида, связанные с подготовкой сценических костюмов, подбирала для каждой новой его роли литературу. Он, пользуясь своим положением и связями, помогал ее актерской карьере, добиваясь для нее выигрышных ролей в театре.

Собинов снял квартиру в Москве, где и предполагала обосноваться влюбленная пара. Пока Леонид «шагал» к всемирной славе в Миланском театре «Ла скала», Елизавета занималась обстановкой квартиры и созданием «гнездышка любви». Незадолго перед возвращением Собинов писал ей: «Как мне приятно было читать, что квартира у нас имеет приветливый вид, что все отлично устанавливается. Мне так хочется приехать и войти сразу к себе в уют...»

Все складывалось ко вполне счастливому окончанию длившегося уже несколько лет романа. Но осуществиться этим планам было не суждено. Все изменил один октябрьский вечер 1908 года. В тот день в московском Большом театре давали оперу Л. Делиба «Лакме»...

ЗВЕЗДА ПО ИМЕНИ «ВЕРА»

...Собинов в ожидании выхода на сцену прохаживался в кулисах. Неожиданно его внимание привлекла девушка, он явно видел ее в театре впервые. Они соприкоснулись взглядами и... это решило все!

На следующий же день они снова встретились в театре. Теперь Собинов знал о 19-летней Верочке Каралли многое. После окончания училища в 1906 году она была сразу принята в труппу Большого и быстро «вышла в примо». Она легко покорила публику: у нее еще не было филигранной техники, зато были тонкая красота, гармоничность пластики, выразительные движения рук. Уже в те годы началась ее конкуренция с Анной Павловой. Та первая исполнила в Мариинке хореографическую миниатюру «Умиравший лебедь». Вскоре этот номер начала исполнять и Вера. И критики часто отдавали предпочтение именно ей, утверждая, что на фоне лебедя-Каралли Павлова кажется лишь «милой чайкой»!..

Через несколько дней Собинов отослал по адресу Верочки в роскошной вазе огромный букет ярко-алых роз — символ страсти. Чувства их были взаимны и, по-видимому, очень сильные, раз уже вскоре влюбленные поселяются вместе.

...После спектакля двери их дома рас-

пахивались для гостей. Великолепная трапеза, звон бокалов, тосты, шутки — было оживленно, шумно и весело, а душой компании всегда был хозяин.

Спустя годы, в своих воспоминаниях Вера Каралли напишет: «Передо мной встают многие картины нашей когда-то совместной с ним жизни, полной общей гармонии и красивой, как радость, весны! Стоило ему уехать, как дом сразу начинал напоминать хотя и безоблачный, но sereneкий тихий вечер с ушедшим солнцем. Наши общие друзья спрашивали: «Ну когда же появится опять солнце красное?» И, правда, стоило ему вернуться, как наш дом становился снова светлым, солнечным...»

Несколько раз влюбленные отдыхали на зарубежных курортах. В письмах оттуда певец передает друзьям горячие приветы от Веры Алексеевны — и это давало лишний повод говорить о серьезности намерений Собинова в отношении Верочки.

Развязка бурного и страстного романа наступила неожиданно.

В 1909 году Леонид Витальевич едет вместе с Верой в заграничное турне. Они становятся свидетелями триумфов друг друга. Но во французской столице во время «Дягилевских сезонов», где Вера исполняла главную партию в балете «Павильон Армиды», она вдруг покинула Париж. Ходили слухи, будто бы из-за того, что эту партию хотели отдать Анне Павловой. Однако, причина была в другом. В разгар сезона у Каралли появилась серьезная проблема — она узнала, что беременна.

Некоторые исследователи считают, что Собинов, поставив Веру перед выбором — или она остается одна с незаконно рожденным ребенком, или они остаются вместе, но ребенка не будет, — заставил ее сделать аборт. Операция повлекла за собой гораздо большую проблему: бесплодие — детей у Веры Каралли никогда больше не было.

Рискнем предположить обратное: не Собинов, любивший детей и не отказавшийся во втором браке от рождения еще одного ребенка, настоял на аборте, а сама Каралли. Ее карьера была на взлете — а она, что называется, с молодых ног стремилась именно к этим вершинам, — да еще и конкурентки, в лице хотя бы той же Павловой, стремились разделить с нею, а лучше — отобрать, пальму первенства. Возможно, Каралли не захотела ставить под угрозу всё ею завоеванное с таким трудом.

Доподлинно узнать это, видимо, не суждено никогда, но, так или иначе, их отношения завершились...

ПОСЛЕСЛОВИЕ К ЛЮБВИ. ПОСЛЕСЛОВИЕ К ЖИЗНИ...

В 1915 году Леонид Витальевич Собинов, наконец, оформляет развод с Каржавиной и сочетается законным браком с Ниной Ивановной Мухиной. Брак этот, продлившийся почти двадцать лет, не был озаглавлен чем-то выдающим-

ся, но и ничем не был омрачен. В 1920 году в семействе Собиновых случилось прибавление — родилась очаровательная девочка, которую нарекли Светланой.

...А что же те, кого великий певец любил когда-то?..

Верочка разрыв переживала долго и стремилась заглушить одолевшую ее грусть работой. Помимо службы в театре, Каралли пробовала себя в новом виде искусства — кино, и быстро достигла успеха: она снялась почти в тридцати картинах и стала одной из самых высокооплачиваемых актрис.

Затем была роковая любовь с великим князем Дмитрием Павловичем, участие в убийстве Распутина, эмиграция после Октябрьской революции и почти полвека жизни на чужбине...

С Елизаветой Михайловной Собинов никогда не прерывал дружеских и отчасти деловых отношений, переписываясь с ней, помогал материально.

Уже будучи оба семейными людьми, они иногда встречались поболтать за чашкой чая, вспоминая прошлое. Приходя в гости к ней, Собинов любил сесть за пианино и наиграть их любимые романсы. Это была просто большая дружба — открытая, веселая и непринужденная. Кстати, вскоре после рождения Светланы первые фотографии малышки уже стояли и на письменном столе Елизаветы Михайловны.

В июне 1934 года ее не стало. Она умерла, не боля, тихо и мирно. «Похороны были торжественными, — вспоминал позднее племянник Елизаветы Михайловны. — У Малого театра траурную процессию встречала вся труппа. Впереди стоял Леонид Витальевич Собинов с огромным букетом белых роз. По его лицу текли слезы...»

Великий певец и артист пережил свою давнюю любовь всего лишь на четыре месяца и умер в том же, 1934 году. Они остались ровесниками навсегда...

Подготовил Саша МИРТ
по материалам:

Н. Ширинский. Большая песнь любви певица за сценой;
Е. Щеглова.
Вера Каралли;
М. Львов.
Л.В. Собинов;
О. Черников.
Роль и голоса великих;
и Интернет-сайтов





ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

О порядке наследования имущества двумя наследниками в случае, если оба являются наследниками первой очереди

О возможности обязательной государственной регистрации ранее приобретенной недвижимости в судебном порядке

В марте 2013 года умер мой муж, мы прожили с ним 32,5 года. Когда пришло время оформлять наследство, свекровь предъявила иск в суд: она претендует на машину, которую мы с мужем купили в 2009 году. Ее адвокат заявляет, что она является наследницей первой очереди, и поэтому имеет право на наследство. Все имущество: и машина, и дом, принадлежали моему мужу. Прошу разъяснить, на что может претендовать моя свекровь.

Наследование имущества возможно по закону и по завещанию. Завещанием может быть изменен порядок наследования, установленный законом. Однако, судя по тому, что Вы не упомянули о завещании, очевидно, Ваш супруг его при жизни не составил, соответственно, наследование имущества будет осуществляться по закону.

В силу ст. 1142 ГК РФ, и Вы, и Ваша свекровь являетесь наследниками первой очереди, то есть вправе претендовать на наследство, оставшееся после смерти Вашего супруга, в равных долях.

С учетом того, что Вы длительное время состояли в браке с Вашим супругом, и дом, и машина являются Вашим совместно нажитым имуществом, соответственно, Вы как пережившая супруга, вправе требовать выдела Вам 1/2 доли всего имущества. Получается, что в состав наследства тогда поступят не целый дом и целая машина, а лишь одна вторая доли, которые и будут подлежать разделу между Вами и Вашей свекровью. Учитывая, что Ваши доли равны, за свекровью может быть признано право собственности на четверть дома и на четверть машины. Однако для того, чтобы суд учел Вашу долю как пережившей супруги, Вы должны заявить об этом в суде, написав возражения на исковое заявление. Если Вы не будете указывать на то, что имущество является совместно нажитым, то суд признает за Вашей свекровью право на

половину дома и половину автомобиля.

Мы рекомендуем Вам подумать над тем, каким образом договориться со свекровью. Пользоваться вдвоем одной машиной невозможно. Разделить дом возможно, но это также причинит массу неудобств. Соответственно, было бы разумным либо предложить свекрови получить денежную компенсацию за четверть машины и четверть дома, чтобы она не претендовала на получение имущества, либо в счет выплаты ей компенсации за одну четвертую долю дома отдать ей в собственность автомобиль. В противном случае ни Вы, ни она не сможете нормально пользоваться наследственным имуществом и лишь усугубите свои претензии и осложните отношения друг с другом.

В 1998 году мы с мужем купили земельный участок и дом. Договор был удостоверен нотариально, но в юстиции данный договор зарегистрирован не был. В 2006 году мы хотели оформить все надлежащим образом, но нам сказали, что для этого нужен продавец.

Проблема в том, что он уехал в Германию, как с ним связаться, мы не знаем. Как быть? Ведь мы живем в своем доме и на своем участке, а по документам — это чужое.

Вам следует обратиться к грамотному юристу, чтобы он помог составить Вам исковое заявление в суд. Дело в том, что с 1 января 1998 года государственная регистрация сделок с недвижимым имуществом считается обязательной. Соответственно, раз Ваш договор не зарегистрирован, он пока формально является недействительным.

По сути, Вы, уплатив деньги за проданные Вам землю и дом, действовали добросовестно. С учетом того, что отсутствие продавца в настоящее время делает для Вас невозможной регистрацию договора, можно говорить о том, что он уклоняется от этой регистрации.

Согласно п. 2 ст. 165 Гражданского кодекса РФ, если сделка, требующая государственной регистрации, совершена в надле-

жащей форме, но одна из сторон уклоняется от ее регистрации, суд вправе по требованию другой стороны вынести решение о регистрации сделки.

В этом случае сделка регистрируется в соответствии с решением суда.

Соответственно, имеет смысл направить по последнему известному Вам месту жительства в России продавца заказное письмо с уведомлением о вручении, в котором должно быть предложение явиться в Управление Росреестра для регистрации Вашего договора. После того как данное письмо вернется с отметкой о невручении, можно обратиться в суд, территориально расположенный в районе последнего известного Вам места жительства продавца, с иском к нему с требованием о регистрации сделки, сославшись на указанную выше статью Гражданского кодекса РФ.

В суд Вам нужно будет представить сам договор, акт приема-передачи, доказательства оплаты дома и земельного участка, кадастровые паспорта на дом и на землю.

Кроме того, имеет смысл получить в Управлении Росреестра сведения о собственнике Ваших дома и земли. Вероятнее всего, Вам дадут справку, согласно которой в государственном реестре прав на недвижимое имущество данные объекты не зарегистрированы.

Данные сведения необходимо запросить, чтобы доказать в суде, что Вы не претендуете на чужое имущество, то есть на имущество, которое принадлежит не продавцу Ваших дома и земли, а третьему лицу.

А поскольку у Вас нет документального подтверждения того, что продавец проживает в Германии, в исковом заявлении корректнее указать, что Вам не известно иного адреса места жительства продавца, кроме того, который был указан в договоре.

**На вопросы отвечали
независимый советник
по правовым вопросам,
член международной
ассоциации юристов**

**Н.И. АЛИМКИН
и адвокат О.Н. АЛИМКИНА**

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей,
отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ



Я знаю, что крестные родители несут ответственность за духовное и нравственное воспитание своего крестника. А как быть, если крестник уже вырос, а связь с крестной матерью осталась почти условной. При этом крестная ведет не совсем достойный образ жизни — употребляет спиртным, опустилась, а о духовной жизни ее вообще и речи не идет. Несет ли крестник со своей стороны ответственность перед Богом за свою крестную?

Духовные отношения между крестником и крестной имеют место. Перед таинством крещения нужно было прослушать огласительную беседу, в которой священник объясняет, чего нужно достичь крестнику в непосредственном воспитании его крестными родителями. Если учесть, что Вы воспитание начали из самого детства, то какое-то воспитание духовно-нравственное у ребенка привилось. И если говорить, что крестник уже вырос, у него должно быть осознанное понимание того, что за духовных родителей нужно возносить молитвы точно так же, как и за родных родителей. Это и будет называться духовное общение между крестником и крестной.

Мне пришлось дважды отказаться быть крестной на крестинах маленьких детей. В первый раз — у ребенка родственников, которые живут в другом городе. Посчитала, что на таком расстоянии я вряд ли смогу оказать какое-то влияние на духовное воспитание крестника.

Во второй раз — у малыша дочери моей коллеги, зная, что

и ее дочь, и муж дочери, хоть сами и крещенные, с подозрением относятся к тем, кто ходит в церковь, читает молитвы, а крестить ребенка решили только потому, что сейчас все так делают. И если я буду их ребенка приобщать к церкви, они меня просто не поймут.

Правильно ли я поступила и нет ли на мне греха из-за того, что отказалась быть крестной в обоих случаях?

В обоих случаях Вы поступили правильно. Никто не может принудить Вас быть крестной матерью без Вашего желания. Поэтому Православная церковь рекомендует хорошо размыслить над конкретной семьей и человеком, к которому Вас хотят приставить духовным родителем. Если Вы чувствуете, что не сможете воспитать в ребенке духовно-нравственные отношения к Богу и к обществу, то честнее будет отказаться, что Вы, собственно говоря, и сделали.

Я знаю, что для того чтобы причаститься, нужно соблюсти ряд правил: поститься минимум неделю, читать молитвы ко Святому Причастию, посетить накануне причастия вечернее богослужение, исповедаться и получить благословение у священника.

К сожалению, из-за большой занятости на работе не получается соблюсти некоторые из этих правил, например, я не успеваю присутствовать на богослужении накануне вечером, так как поздно возвращаюсь с работы.

Хотелось бы знать, существует ли какое-либо послаб-

ление для таких случаев.

И что делать, если когда-то приняла Святое Причастие без соблюдения указанных выше правил, а главное — без исповеди? Необходимо ли исповедаться в этом?

Таинство Евхаристия должно быть центром жизни православного христианина, так как через Евхаристию мы получаем Божественную благодать от Бога, которая нас ограждает от всех врагов человеческого рода. Именно поэтому церковный устав предлагает определенную подготовку, через которую мы должны прочувствовать цель, которую должны достигнуть как душа, так и тело. Поститься можно не всю неделю, а 3 дня. Если не получается посетить вечернее богослужение, то можно его вычитать (это вечерня, утренняя и первый час) по канонику или молитвослову. Чтение каноников к причастию можно растянуть на три дня.

Что касается причастия без исповеди, то лучше в этом поисповедаться, так как это является одним из составляющих в подготовке к Причастию Святых Христовых Тайн.

Мы с мужем венчаны, но в вопросах веры мы — совершенно противоположные личности. Я верую в Бога, посещаю храм Божий, стараюсь вести жизнь православной христианки.

Муж, наоборот, говорит, что атеист, храм не посещает, может выражаться очень грубо в отношении, как он говорит, «моей» религии.

Наше с ним венчание считает всего лишь формальностью, пошел он на это ради меня и по настоянию свекрови. О том, чтобы развенчаться и взять на себя грех разрушения семьи — не может быть и речи. Я люблю мужа, но порой мне бывает с ним очень тяжело.

Что я могу сделать для мужа, кроме того, чтобы молиться о спасении его души и неспасении Божьей благодати на него?

Каждому человеку Господь дает определенные проблемные жизненные ситуации, которые самостоятельно мы разрешить не можем. В православии такие проблемы называются «нести тот «крест», который дает Бог человеку», и если вы пытаетесь данную ситуацию разрешить, но все тщетно, посоветуйте вам смириться и просить Бога, чтобы Господь поскорее разрешил ее. Желаю вам терпения и упования на Бога.

Мой сын родился 7 января — как раз на Рождество. Это хороший знак? Может ли означать это событие что-нибудь для его жизни в будущем?

Из вашего вопроса я понял, что вы суеверный человек. А суеверие — это грех, так как в Евангелии написано: «Уповай на одного Бога».

Каждый день, в том числе и 7 января, имеет память угодников Божьих, в честь которых Православная церковь рекомендует называть новорожденных, именно поэтому то, что ваш сын родился 7 января, ничего особенного не означает.

Православный календарь на февраль

(новый и старый стиль)

- 6 февраля / 24 января — Блж. Ксении Петербургской
- 9 / 27 — Перенесение мощей святителя Иоанна Златоуста. Поминошение всех усопших, пострадавших в годину гонений за веру Христову
- 15 / 2 февраля — Сретение Господне
- 21 / 8 — Отдание праздника Сретения Господня
- 22 / 9 — Вселенская родительская (мясопустная) суббота
- 25 / 12 — Иверской иконы Божией Матери
- 27 / 14 — Равноап. Кирилла, учителя Словенского.

Мы неоднократно писали, что даже такие богатые и знаменитые, как звезды Голливуда, вовсе не идеальны.

Кого-то не устраивает лишний вес, кому-то мешает длинный нос, а кто-то комплексует по поводу оттопыренных ушей.

Все это — косметические недостатки, которые, вроде бы, не так сложно исправить, но жить-то они не мешают...

Правда, среди великих и именитых встречаются люди, физические недостатки которых гораздо серьезнее: последствия родовых или производственных травм, генетические отклонения, неудачные операции.

Несмотря на них, благодаря или вопреки им — кому как больше нравится — эти люди добились мирового признания. Кому-то дефекты и травмы добавили шарма, а кому-то и вовсе помогли сделать имя.

НЕМНОЖКО МУТАНТЫ

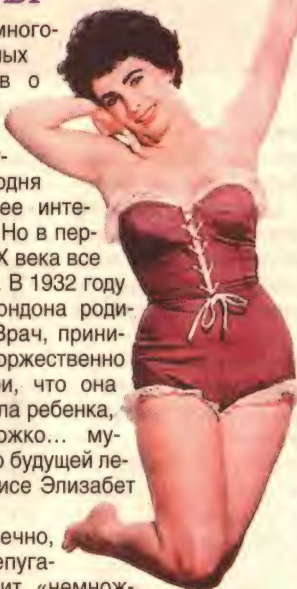
После многочисленных фильмов о людях с нечеловеческими чертами слово «мутант» сегодня вызывает скорее интерес, чем страх. Но в первой половине XX века все обстояло иначе. В 1932 году в пригороде Лондона родилась девочка. Врач, принимавший роды, торжественно сообщил матери, что она только что родила ребенка, который немножко... мутант. Речь шла о будущей легендарной актрисе Элизабет Тейлор.

Родители, конечно, насмерть перепугались: что значит «немножко»?! А это были двойной ряд ресниц и необычный фиолетовый оттенок радужной оболочки глаз. Казалось бы, что может быть плохого в густых ресницах? Оказывается, второй ряд обычно растет внутри, и может повредить глазное яблоко. Лиз повезло, ее дополнительные реснички росли вверх, делая взгляд неповторимым, а в сочетании с необыкновенным цветом глаз помогли ей пробиться на большой экран.

Курьезный случай произошел с нею на пробах первого фильма (в 11 лет). Совсем юную Тэйлор тогда чуть было не забраковали из-за якобы слишком яркого макияжа. Ей дали салфетку и попросили стереть тушь с ресниц. Каково же было удивление съемочной группы, когда обнаружилось, что на девочке нет ни грамма косметики! Просто у нее был взгляд кинозвезды еще до того, как она ею стала. Свою толику популярности «мутация» принесла и Холли Берри. Это шесть пальцев на ее правой ноге, которые заметны, когда на актрисе открытая обувь. И шестой палец никак не мешает ей ежегодно попадать в число красивейших женщин планеты, а только дает еще один повод поговорить о ней.

БОЙ НЕ ОКОНЧЕН

Роль боксера Рокки Бальбоа, сделавшую его знаменитым, Сильвестр Сталлоне сыграл в 30 лет. А в том, что он получил ее, немалую роль сыграла его родовая травма...



Местом его появления на свет было благотворительное отделение государственной больницы рядом с актерской студией. Из-за ошибки акушера у малыша оказался поврежден лицевой нерв и часть лица была парализована... Неразборчивая речь, заикание, очки — все это доставляло подрастающему Слау (так Сильвестра звали дома) массу проблем. Он плохо учился, частенько «получал» от одноклассников и от всего этого сбегал в иллюзорный мир комиксов и супергероев. Слаи даже сшил себе костюм Супермена и носил его под одеждой, а заодно упорно тренировал свое тело.

После развода родителей и переезда Сталлоне начал преуспевать в учебе, а потом поступил на актерский факультет в Майами. И хотя преподаватели сразу поставили на нем крест, Слаи, перебиваясь случайными заработками, упорно шел к своей цели.

После того, как ему довелось наблюдать бой Мохаммеда Али и Чакка Вепнера, Сталлоне написал

«ИЗЮМИНКИ», «ФИШКИ» И ПРОЧИЕ «ЗАГАДКИ»

Яркие качества, вроде «нагловатая», то бишь «эксцентричная», должны быть в каждой женщине. Этим никого не удивишь. Но нередко случаи, когда под «изюминками» скрываются не милые недостатки, а вполне медицинские диагнозы. И такие «дефекты» не просто не помешали, а

даже в какой-то мере помогли многим дамам добиться популярности.

Например, у Ванессы Паради совершенно необыкновенная улыбка, делающая ее похожей на «вечного ребенка». Такой шарм ей придает... диастема. Так стоматологи называют слишком большое расстояние между зубами. А у Ванессы оно очень даже заметное. И если для певицы главным все-таки остается голос, то для модели (а Паради преуспевает и в модельном бизнесе) внешность всегда остается на пер-



вом месте. И пресловутая щербинка, похоже, сыграла ей на руку при подписании контрактов с такими знаменитыми домами моды, как Шанель и Лагерфельд. Кстати, эта «особенность» передавалась по наследству и детям Ванессы. Вы когда-нибудь обращали внимание на то, как игриво улыбается на фотографиях Пэрис Хилтон? Как бы подмигивая. Мимо такой улыбки сложно пройти. А ведь улыбка эта — следствие весьма печальной действительности. У знаменитой светской львицы левый глаз значительно меньше правого. Возможно, виной тому оказалась неудачная пластическая операция, возможно — контактные линзы... Мнения разные, но Пэрис и с такой асимметрией добавляет свои «сто грамм изыска» в собственный образ.

Но не все звездные барышни с такой мудростью относятся к своим недостаткам. Красавица Меган Фокс забывает, что она еще и умница, когда речь заходит о съемках крупным планом... ее рук. В этом случае она непримирима и требует при съемках кадров, где фигурируют ее руки, только дублера! Почему? У нее неприятное генетическое отклонение — брахидактилия. Иначе говоря, большие паль-

цы рук и ногти на них у нее очень короткие, широкие и плоские. И для Меган это — большой комплекс.

СПАСИБО, МУЗЫКА!

Кто бы мог подумать,

что травма, полученная музыкантом, может не положить конец его карьере, а подарить миру новый стиль музыки?

Для гитариста лишиться пальцев — полный крах. Но только не для Тони Айомми, одного из основателей группы Black Sabbath.

Он вырос в музыкальной

семье, где все играло на каком-либо инструменте. Сам Тони, освоив гитару в 15 лет, выступал в разных группах, а в свободное от музыки время подрабатывал на заводе в Бирмингеме. Накануне концертного тура произошел несчастный случай: рука гитариста попала под пресс. Ему оторвало кончики среднего и безымянного пальцев правой руки. Казалось бы, с карьерой музыканта покончено навсегда. Но вместо того, чтобы повесить гитару на стенку, музыкант изобрел новый способ игры на ней! И стал одним из родоначальников нового направления в музыке: хэви метал.

Нечто похожее произошло с певицей Бонни Тайлер. Ее скрипучий голос, производящий незабываемое впечатление, — следствие неправильного ле-

чения заболевания голосовых связок.

Другая певица после такого несчастия рассталась бы с карьерой, но не Бонни, для которой музыка с детства была смыслом жизни.

К 20 годам у нее уже была собственная группа, и она выпустила свой первый альбом. И вдруг врачи обнаружили у певицы заболевание связок. Операция должна была все исправить... если бы Бонни выполнила рекомендации доктора — посвятила 6 недель усиленному лечению при полном молчании. Тайлер же молчать не могла, а иногда даже переходила на крик. К счастью, голос она не потеряла, зато приобрела абсолютно неповторимый тембр, без которого ее песни публика уже не воспринимает.

Карьера Бонни Тайлер приобрела новое направление и так «раскрутилась», что в прошлом году Тайлер, шагнувшая за пятый десяток, представляла Великобританию на конкурсе «Евровидение».

Всемирно известный кумир женщин всех народов сладкоголосый Хулио Иглесиас много раз говорил, что не родился певцом, а стал им. И толчком для начала певческой карьеры стала автокатастрофа, после которой певец оказался прикованным к постели.

Сегодня о тех страшных событиях напоминает шрам на лице, и он просит не фотографировать его с этой стороны, а тогда... Тяжелая травма позвоночника и заключение врачей: ходить не сможете никогда. Учитывая, что Иглесиас на тот момент был вратарем, игравшим в команде мадридского «Реала», диагноз звучал, как приговор.

Почти два года Хулио не мог ходить. Но он мог играть на гитаре и петь. А потом начал сочинять стихи и открыл в себе настоящую страсть к музыке.

Со своей первой песней «Жизнь продолжается» Хулио Иглесиас победил в международном конкурсе 1968 года.

Сейчас имя Хулио Иглесиаса и неповторимый тембр его голоса знает весь мир. Он — обладатель нескольких премий «Грэмми». В 1983 году его включили в Книгу рекордов Гиннеса за самое большое количество проданных дисков, выпущенных на самом большом количестве иностранных языков в истории, а еще через 30 лет — как артиста, говорящего на испанском языке, который продал наибольшее количество дисков во всем мире.

И всего этого он смог добиться, потому что не отчаялся, а поверил в свои силы и продолжал бороться!

Подготовила
Олеся СПЕРАНСКАЯ



Опять...
Будильник...

Каждый вечер настраиваю себя утром непременно радоваться наступающему дню и благодарить Вселенную за то, что подарила мне еще один день. Но кроме раздражения и дикого желания спать ничего не чувствую.

Глаза не открываются...

Наощупь халат, шлеп-шлеп-шлеп, чайник зашумел, открылся один глаз, автопилот в туалет, автопилот в ванную... органы чувств не особо нужны, тело живет своей привычной жизнью. Открылся второй глаз — какая радость! Увиденное в зеркале не спасет никакой аутотренинг.

«Я самая обаятельная и привлекательная!» Да уж, но не сейчас. Душ... крем... фен... чай... судорожно что-нибудь сварганить самым близким и любимым. Они, конечно, радуют меня своим присутствием в моей жизни. Но забота и тревога за них допивают «остатки меня», «остатки остаточные» после любимой работы. Говорят, так устроен мир. Ты окружаешь себя любимыми и дорогими и смыслом своей жизни делаешь дарение им любви и ласки. Не то чтобы я была против или недовольна — но в этой формуле явно чего-то не хватает...

Итак, завтрак-обед соображен, чадо номер один поцеловано, чадо номер два также поцеловано, муж (он же чадо номер три, или ноль — в зависимости от оценки наших текущих взаимоотношений) просто зацелован. Все пучком!

Вылетаю из квартиры как раненый зверь. Минута из системы выпала на трепыхание в коридоре. Начинается полет к троллейбусу. Утренней прогулкой это точно не назовешь. В любую женщину генетически заложено умение виртуозно и грациозно перебежками двигаться по пересеченной местности на шпильках, обозревая при этом, как перископ, окружающую обстановку. Включились программы: капюшон на глаза, темп нарастить — обрести поте-

рянную минуту, из галопа перейти в приставные боковые прыжки, дабы удобней лавировать между встречающимися прохожими. В такие минуты понимаю, зачем мы в школе на физкультуре делали все эти бессмысленные, как казалось на тот момент, упражнения. Прыжки через козла, приставные шаги, кросс, наконец. Все это готовит нас к взрослой жизни,

глаза бесцельно блуждают по фигурам и лицам братьев по разуму.

■■■■■

Впереди стоит пара средних лет. Нечаянно прислушиваюсь к разговору — вроде муж и жена. По крайней мере, блеска в глазах нет, держатся рядом уверенно и скучно, обсуждают ремонт в коридоре... Обыч-

своей свежестью и белизной. И все это — не вставая после сна с постели. Как они это делают?! Вспоминаю наше утро. Даже если это выходной. Сквозь темноту и провал сначала звуки — это в другой комнате сын, стараясь изо всех сил не шуметь, топая и хлопая всем подряд, соображает себе завтрак. Потом чадо-номер-два, милейшее и прекраснейшее создание женского пола восьми лет начинает шептать в ушко любимой мамочки: «Мама, вставай! Мама, вставай! Мама, вставай...» И это не кончится, если я не подам признаки жизни. Дочку чмок, мужа чмок... Героически продолжаю спать. Дипломатические переговоры с любимым чадом на время отодвигают мой подъем. Я придумываю ей «дело» и она с рвением его выполняет. С любимым нежмся какое-то время в постели. А потом долг семье: завтрак, уборка, обед, покупки, прогулки... и т. д. и т. п. Обычная счастливая семья. Грех жаловаться.

■■■■■

Вспомнилась сейчас моя попытка несколько лет назад приукрасить нашу тихую и безоблачную семейную жизнь. Почитала умных психологов и решила: надо устроить романтический ужин при свечах. Деловое — раз плюнуть. Ничего недоступного. С работы он должен прийти поздно, вот и прекрасно — успею уложить детей и подготовиться. Делаю пару салатиков со всякими мангами-авокадами-орехами и прочей экзотикой... Хотя, кроме оливье, он ничем не интересуется в принципе. Заранее прикуплен нарядец фривольного содержания, произведенный сугубо с целью соблазнить даже деревянного мужика. К слову сказать, сложена я неплохо, лицом бог тоже не обидел, так что мое предприятие было обречено на успех. Свечи в зале готовы, салатик дежурят рядом. Я вся в новье и в ожидании.

Муж на пороге.

Я, дабы сразу его не порадовать своими красотоми

Ольга БАЛТАБАЕВА



СПЛОШНАЯ РОМАНТИКА

а если поконкретней, к ежедневному процессу «добирания» на любимую работу. Итак, барьер взят, высота тоже, подлетаю одновременно и на той же скорости к троллейбусу. Мне как всегда везет: есть свободное место. Плещаюсь на пятую точку и теперь уже можно начинать дышать. Наушники в уши, поза поудобней, начинается жизнь. Если честно, обожаю эту часть своей жизни. Нет ничего увлекательней изучать себе подобных. Народ такой разный. В уши льется музыка-по-настроению, а

ная нормальная семейная пара. Закрываю глаза. Вспоминаю сцену из вчерашнего фильма «про любовь-великую». Она вся прекрасная, он весь сильный и уверенный. Они весь фильм компостируют друг другу мозги и в конце сливаются в экстазе. Потрясно. Особенно мне всегда нравится момент «утро-в-постели». Они все такие распрекрасные рассыпаются. Ее волосы живописно рассыпаны по подушке, глаза ясные и с поволокой, губы очерчены дорогой помадой, зубы видны в улыбке и поражают

сквозь прозрачный прикид, в хэбэшном халате сверху встречаю ласково на пороге и веду в комнату. При этом уши-локаторы сканируют пространство на предмет крепкого сна детей. Вроде все по плану. Муж моет руки и, старательно подыгрывая обстановке, присаживается на мягкий ковер возле торжественного антуража. Ситуация слегка напряженная. Он в замешательстве: то ли раздеться, как обычно, до неприличия и развалиться, опять же, как обычно, на диване, то ли в одежде, напустив тумана в очи и плавности в движения, томно поедать манги-авокады-гранаты, при этом поедая меня, прекрасную, глазами. Решение этой дилеммы на какое-то время ввело его в ступор. Пока муж сидел в замешательстве и рассеянно поглядывал на салаты в поисках там соленых огурцов и вареных яиц, я скользнула за дверь и скинула с себя хэбэшную занавесь. Прыгнув в

шпильки и распрямив спину, смело шагнула ему навстречу. Замерла максимально эротично. Он, задавив жевок, с полным ртом созерцал, как я делаю лицо призывным и страстным.

И тут что-то моя уверенность пошатнулась. Пробежала мысль о нелепости ситуации и понесла меня лавиной. Нога предательски подвернулась на каблучке, я, как героиня «Служебного романа», заявила, что совершенно не умею этого носить, и растерянно замерла в ожидании его реакции. Он, бедняжка, дождал салат, поковырял ананас в тарелке, посмотрел на меня и прочитал на моем лице смущение от нелепости происходящего.

Что от него-то требуется? Припав на колено возле моей прекрасной ноги, произнести что-то типа: «Вы восхитительны, миледи!», как орангутанг, схватить на

руки свою жертву и унести в мир прекрасных грез? А может, тут же, не вставая, схватить меня за руку, властным движением убрать всю роскошь с моей фигуры и просто потрясти соседей какой-то страсти? Видимо, задача была сложной, в образ любимый так и не вошел. Черт, надо было сценарий с ним заранее обсудить, может, и не сбойнуло бы. В итоге, у него «поплыло» ли-

цо, и со словами: «Что-то живот прихватило», он дерзгировал в уборную.

К счастью, вечер был спасен колбаской и сериалом про ментов. Муж обрел спокойствие и стабильное пищеварение, правда, для этого пришлось убедить его в изначально шутильной цели мероприятия. С тех пор я стараюсь романтику ограничивать исключительно шашлыками на природе.

Вы имеете возможность приобрести по почте сборник детективных рассказов **Алана Коста «Роза в бокале»** (350 стр.).

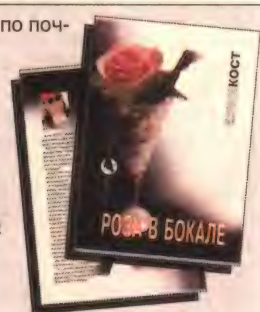
Стоимость 1 экз. книги — 70 руб., включая почтовые расходы (для жителей России).

Оплату почтовых заказов необходимо произвести почтовым переводом по адресу:

394000, Воронеж, а/я 537, Барышевой Жанне Вячеславовне.

Не забудьте указать свой индекс и полный почтовый адрес. На бланке почтового перевода в графе «Для письменных сообщений» укажите наименование издания и количество экземпляров. При оформлении переводов электронной почтой обязательно указывайте свой адрес!

Заказы высылаются только после предварительной оплаты.



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Хотите получать нашу газету регулярно?

Заполните подписной купон: отметьте месяцы, на которые вы решили подписаться, а также укажите свои фамилию, имя, отчество и почтовый адрес. Вырежьте бланк из газеты и поспешите в ближайшее почтовое отделение.

ВЕСТА



почтовый индекс			
код улицы			
дом	корпус	квартира	

город
село
область
район
улица

Министерство связи Российской Федерации

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ газету **60672**
На журнал (индекс издания)
«Веста-М»

количество комплектов

На 2014 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому

линия отреза

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА **60672**
(индекс издания)

газету **«Веста-М»**
На журнал (наименование издания)

Стоимость	подписки	руб.	Количество
	периодичес.	руб.	комплектов

На 2014 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Фамилия, И.О.

«РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА»

Родился Тетруашвили 3 апреля 1975 года в Минске, а необычное имя — Джемал — получил в честь отца. Рос будущий актер в простой семье: мама — учительница в начальных классах, папа — шофер. Но детям старались дать всестороннее образование: сестры ходили в музыкальную школу, а когда Джемалу исполнилось три года, мама привела его в ансамбль народного танца «Ровесник», в котором он занимался целых 15 лет! Как говорит сам актер, там их учили не только танцевать, но и жить. А вот с музыкой дружбы не получилось — изучение нотной грамоты закончилось на басовом ключе.

В начальной школе Джемалу приходилось непросто: хотелось похулиганить, а делать этого было нельзя. Сын учительницы — объект повышенного внимания, пример для одноклассников. Приходилось выплескивать энергию на репетициях и тренировках (как и положено мальчику, Джемал посещал несколько спортивных секций).

Детей в семье Тетруашвили воспитывали в атмосфере уважения и любви. И в первую очередь, любви к маме, которая и работала, и воспитывала детей, и вела хозяйство, и создавала уют. Вспоминая свое детство, Джемал удивляется современным девушкам, которые при обилии и разнообразии современной техники жалуются на нехватку времени. Ведь у его мамы даже стиральной машины не было, а успевала она абсолютно все.

«УТРОМ ДЕНЬГИ — ВЕЧЕРОМ СТУЛЬЯ!»

После школы Джемал решил стать актером. Родители выбор профессии одобрили, и он с первой попытки поступил в Белорусскую Академию Искусств. По ее окончании в 1995 году Тетруашвили стал актером драматического театра и кино. Его выделяли уже в студенческих постановках, поэтому сразу после окончания взяли в труппу театра «Вольная сцена». Потом он служил во многих театрах — от кукольного до Национального академического драматического театра им. Горького.

На экране Джемал впервые появился в 1998 году — в клипе группы «Белый орел» на песню «Как упитательны в России вечера», а через год его пригласили в сериал «Ускоренная помощь». Периодически снимаясь в российском кино, актер совсем не грезил о переезде. Его вполне устраивала спокойная жизнь в Белоруссии.

А сокурсники мечтали покорить столицу России, и однажды все-таки подговорили Джемала на поездку. Все произошло спонтанно: вечером решили поехать, утром — поехали. И буквально с поезда пошли «в народ»: разослать свои фотографии по театральным агентствам. Мгновенного результата эта акция, разумеется, не принесла, но, как считает актер, судьба «поставила плюсики» рядом с его именем — решила дать парню шанс.

Такой шанс представился некоторое время спустя. В 2003 году сценарист Зиновий Марголин, с которым Джемал был дружен, предложил ему съездить в Москву. Но уже не «по агентствам», а на кастинг мюзикла Тиграна Кеосаяна «12 стульев». Продюсеры решили звезд в постановку не брать, поэтому шанс был у каждого. Конкурс был большой — про-

бывались более полутора тысяч человек. И одной поездкой не обошлось — приходилось несколько раз возвращаться в родной Минск. И вот тут-то Тетруашвили пригодился не только актерское мастерство, но и танцевальные навыки. Кастинг он прошел, причем на одну из главных ролей — Остапа Бендера. Продюсеры шутили, что Джемал и на репетиции будет ездить из Минска.

Новому великому комбинатору плохо давалась чечетка, и Егор Дружинин — хореограф мюзикла и по совместительству друг Джемала — гонял его до седьмого пота. Постановочный процесс во многом удивил белорусского актера. Кеосаян требовал присутствия всех актеров на каждой репетиции. И неважно — задействован он в сцене или нет. Но благодаря такому подходу Джемал однажды смог подменить заболевшего актера и попробовать себя на сцене в роли Кисы Воробьянинова. К самим артистам относились тоже серьезно: и застраховали на все случаи жизни, и организовали фитнес, и охрану усиленную приставили.

Была в театре еще практика писать замечания актерам на «доске почета» за кулисами. Частенько «попадал под раздачу» и Тетруашвили, в основном за то, что не умеет рассчитывать силу броска. Шахматная фигурка у него периодически улетала в зрительный зал. После закрытия «12 стульев» актер стал вице-президентом компании «Русский мюзикл».

«ГАСТАРБАЙТЕР ИЗ ГРУЗИИ»

Сегодня Джемал — гражданин РФ, что называется, с постоянным местом жительства. После съемок в сериале «Светофор», где он исполнил роль Паши Калачева, его узнают на улицах. А вот когда он только приехал в Москву и прошел кастинг, найти жилье было для него большой проблемой. Квартиры охотно сдавали только русским, а ему, белорусу с грузинской фамилией, утверждавшему, что он актер, что в мюзикле играет, мало кто верил. Даже сотрудники правоохранительных органов на улице частенько останавливали, проверяли документы. Но со временем стали узнавать и просить автографы.

Актер признается, что Москву не любит, потому что в таком огромном городе, по его мнению, сложно строить отношения, сложно жить. На улицах много агрессии и невоспитанности, которая раздражает Джемала. Но работа есть работа, и он пока живет в России, периодически навещая семью в Белоруссии.

Тетруашвили звездной болезнью не страдает. Возможно, потому, что популярность не сваливалась на него, а приходила постепенно. Однажды на улице прохожий «опознал» в нем Остапа Бендера из «12 стульев», и очень удивился — такой человек, а в обычном киоске хот-доги покупает. Джемал до сих пор удивляется и радуется, конечно, тому, что его узнают на улицах. Есть у него и фан-клуб, а он не знает, как реагировать на проявления зрительской любви. Но, тем не менее, очень дорожит ею, как и зрительской критикой. Он такой — настоящий.

Джемал Тетруашвили — белорусский и российский актер с грузинской фамилией и такими же корнями. Помимо съемок и службы в театре занимается продюсированием мюзиклов, хотя в детстве мечтал стать летчиком, космонавтом или таксистом. Живет и работает в Москве. Обаятельный и харизматичный. Вот такой он — особенный.

ДЖЕМАЛ ТЕТРУАШВИЛИ



Родился Даниил Белых 4 декабря 1979 года в Иркутске. Родители вскоре разошлись, и мама, отправляясь на гастроли, отвозила маленького Даню к бабушке. Когда гастролей не было, мама учила с ним стихи Пушкина и даже Тарковского. Она всегда разговаривала с мальчиком, как со взрослым, на равных. Пока Наталья Борисовна обустраивалась в Москве, Даня жил то с отцом, то с бабушкой, но к восьми годам мама забрала его в Москву. Там он пошел в интернат для детей, родители которых работают за границей.

Даня учился неохотно, совершенно не хотел сидеть за партой. На уроках, что называется, «ловил ворон», находясь мыслями очень далеко от учебного процесса. Периодически приносил «двойки», а как-то получил подряд пять «единиц», но исправлять оценки даже не собирался.

Случалось, что он хулиганил, но всегда в меру, чтобы физически никому не навредить. Например, мог «поколдовать» над дневником с парафином, и когда он попадал в руки учительницы, та безуспешно пыталась выставить оценки. Класс смеялся, учителя вызывали маму в школу. Однако, эта мера никакого впечатления на Даниила не производила. А потом появлялась новая школа, и все повторялось вновь. Изменной оставалась лишь любовь к пиротехнике.

Вместе со школьными друзьями они организовали «бизнес»: мыли машины, продавали газеты. На заработанные деньги Даня мог закупить пирожных и угостить весь класс. А в 1991 году раздобыл автомат, наподобие ружей в тире, и отправился с ним гулять по улицам. Разумеется, в те беспокойные времена мальчика задержала милиция. Благо обошлось. Как обошлось и позже, когда он попал в отделение уже за прогулки по Арбату с «самурайским» мечом. Вызвали из милиции через дирекцию театра с долгими объяснениями, что оружие — бутафория.

Все эти приключения продолжались до тех пор, пока он не попал в школу эстетического воспитания. Там выросший за кулисами «Школы драматического искусства» (театр, в котором служила мама) Даня впервые серьезно задумался о профессии актера. После 9 класса он мечтал поступить сразу во все театральные училища и... поступил во ВГИК!

ЕГО УНИВЕРСИТЕТЫ

Там его, однако, быстро раскусили — Белых было всего лишь 14 лет — и предложили стать вольнослушателем. Даниил подумал, окончил экстерном школу, получил аттестат и поступил в Шукшинское училище, предпочтя его Школе-студии МХАТ. Вообще, впервые на театральной сцене Даниил «дебютировал» еще в 9 лет. Мама

Даниил Белых — российский актер, немножко бизнесмен и неординарная личность. Дитя трех городов: в Иркутске жил его отец — врач Георгий Белых, мама (актриса Наталья Коляканова) работала в Москве, а в Оренбурге Даниила отправляли к бабушке, которая в нем души не чаяла. «Бизнесмен» еще со времен школьной скамьи, Даниил и не помышлял стать актером, хотя и вырос в театре.



ДАНИИЛ БЕЛЫХ

взяла его с собой на гастроли, и Даня все дни проводил в театре. Режиссер заметил неподдельный интерес мальчика и разрешил ему появиться на сцене — зажечь свечи. А первым киноопытом стал русско-китайский проект «Алые вишни» о Великой Отечественной войне. В Китае фильм имел большой успех, а Даниил даже появился на афишах.

После окончания училища, в 2000 году, Даниил снялся в фильме Тиграна Кеосаяна «Ландыш серебристый» в роли Людвига. По сюжету он — сын разведенных певицы и продюсера, талантливый мальчик, совершенно не желающий учиться. Жизненная ситуация. Потом были съемки в молодежном сериале «FM и ребята», «День рождения буржуя-2» и многих других.

Белых оказался свободолобивым актером, поэтому не прижился ни в Центральном академическом театре Российской армии, ни у Алексея Германа, ни у Армена Джигарханяна. Однако, несмотря на то, что уходить из театров ему приходилось из-за напряженных отношений с коллективом, плохо о нем никто не отзывался. Его совершенно не смущает звание «сериального актера» — в любом проекте он старается выложиться на сто процентов, вложить в образ часть себя, внести свои коррективы. А где это делать — на сцене или в сериале — ему все равно. Почти все равно. Актер все же мечтает об антрепризе.

ДАНЯ И АНЯ

На третьем курсе «Шуки» Даниил познакомился со своей будущей женой — Анной Слюсаревой. Это не была любовь с первого взгляда. Они долго присматривались друг

к другу, стараясь не показывать заинтересованности. Он провожал ее до дома, она делала вид, что так и должно быть. В какой-то момент Дане «надоело» провожать Аню в Жулебино, и они решили пожить вместе, проверить чувства.

Проверяли ребята их три года, а в 2004-м поженились. Свадьба была пышная, с лимузином и рестораном. Медовый месяц молодые провели на небольшом острове около Пхукете, где стали свидетелями цунами, которое чуть не смыло их в океан.

Ничто, казалось, не предвещало беды: супруги вместе путешествовали по экзотическим странам и затевали ремонт, ревновали друг друга и ссорились «на-всегда». Вокруг них было много друзей, впечатлений. Никакой «серости» или быта... Была в их истории даже скандальная сплетня про роман Даниила с актрисой Натальей Орейро, хотя он даже не был знаком с ней. Но через несколько лет брака Даня и Аня сначала развелись, взяли тайм-аут, а в 2010-м развелись. После развода Даниил отправился в путешествие по Индии, в завершение которого поднялся до высоты 5800 метров на Эверест. Анна же второй раз вышла замуж и стала мамой.

Помимо съемок Даниил занимается бизнесом: поставляет в Россию элитный китайский чай, которым с большим удовольствием угощает друзей. Даниил не любит, когда его называют экстремалом. Он очень практичный человек, и во всех его поступках есть тайный, иногда одному ему известный, смысл: Сам он называет себя «водичкой, которая журчит себе потихоньку».

Подготовила
Полина НЕСТЕРОВА

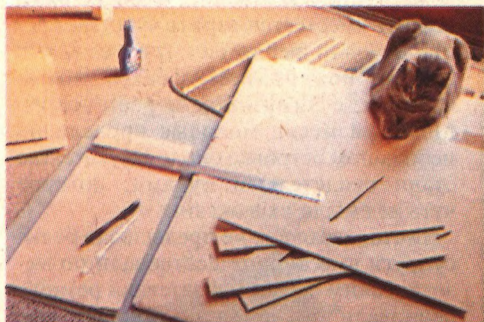
ДЛЯ ЛЮДЕЙ — ОТДЕЛЬНО, ДЛЯ КОШЕК — ОТДЕЛЬНО

Прочитала в вашей газете, что кошкам нельзя давать антигельминтные препараты, предназначенные для людей. Но мой Барсик плохо переносит кошачьи препараты, болеет по две недели, плохо ест. Последние два раза я лечила его гелминтоксом, который покупала в обычной аптеке, этот препарат он перенес хорошо. Действительно ли нельзя давать кошкам человеческие лекарства?

Если Вы внимательно читали упоминаемый Вами материал, то должны помнить, что плохое самочувствие кошки после приема антигельминтного препарата может быть вызвано тем, что погибшие глисты разлагаются в ее организме, что приводит к сильной интоксикации. Именно поэтому надо проводить весь комплекс процедур, а не только давать препарат от глистов.

Что касается «человеческих» лекарств, в первую очередь, следует помнить, что их дозировка рассчитана на вес человека, а не кошки, и может оказаться для нее губительной. Кроме того, человеческие и кошачьи паразиты различаются. Возможно, Ваш Барсик нормально себя чувствует после гелминтокса потому, что данный препарат просто не убивает тех паразитов, что живут в его организме.

Попробуйте просто поменять антигельминтный препарат из предназначенных именно для кошек. Их в продаже много, значит, у Вас есть возможность подобрать тот, что будет и паразитов убивать, и не повлияет на самочувствие Барсика. И не забудьте после антигельминтного препарата напоить своего любимца сорбентом, чтобы нейтрализовать токсины.

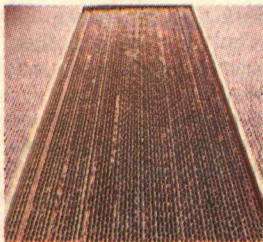


КОГТЕДЕРКА ИЗ КАРТОНА

Моя кошка предпочитает точить когти о ковровое покрытие. Я купила ей когтедерку, но кошка к ней даже не подходит. Что делать? На ковровое покрытие в комнате уже страшно смотреть, а ведь его поменять не так просто, да и недешево.

Вашей кошке нравится шероховатая поверхность коврового покрытия, так сделайте для нее специальное место с похожим на ощупь покрытием.

Вам понадобится одна большая или несколько маленьких коробок из гофрированного картона и ящик с невысокими бортиками по размеру немного шире и длиннее, чем Ваша кошка. Нарежьте картон полосками такой длины, чтобы они плотно входили в ящик, и такой высоты, чтобы, помещенные в ящик на ребро, они были вровень с бортиками. Плотно заполните полосками картона ящик и поставьте в том месте, где кошка любит точить когти. Если это в центре комнаты, сначала поставьте ящик там. Это ненадолго. Когда кошка привыкнет точить когти о картон, переставьте ящик в какой-нибудь угол или к стене, где ни кому не будет мешать. И не забывайте время от времени менять изодранные полоски картона на новые.



ПЕРЕВОД С СОБАЧЬЕГО

У меня никогда не было собаки, а недавно мне подарили щенка. Он очень забавный, но я не понимаю, когда он в каком настроении и чего ему хочется. Нет ли каких-то способов узнать, в каком настроении собака?

К счастью, такие способы есть. Позже, когда Вы привыкнете к собаке, Вы поймете, что эти умные животные вполне понимают человеческую речь и с ними можно разговаривать. Вот только ответить Ваш питомец не сможет, но Вы легко поймете его настроение и желания, если будете внимательно смотреть, какую позу принял Ваш питомец, как расположил уши, как смотрит.

Внимательно рассмотрите картинки. На них хорошо видно, как ведет себя собака, испытывая те или иные эмоции.



УШИ ПОДНЯТЫ, СОБАКА НАПРЯЖЕНА — ЕЕ ЧТО-ТО ВСТРЕВОЖИЛО.



ЗАДНИЕ НОГИ ОТСТАВЛЕНЫ И НАПРУЖИНЫ, ЧТОБЫ СРАЗУ БРОСИТЬСЯ ВПЕРЕД — СОБАКА УВИДЕЛА ИЛИ УНЮХАЛА ЧТО-ТО ПОДОЗРИТЕЛЬНОЕ.



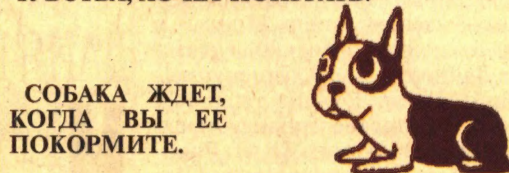
СОБАКА ВСЯ СОБРАЛАСЬ В КОМОК, ПРИЖАЛА УШИ — ЕЕ ЧТО-ТО ИСПУТАЛО.



КОГДА СОБАКА СПОКОЙНА, ОНА ЗЕВАЕТ, ЛИЖЕТ НОС, ПОЧЕСЫВАЕТСЯ.



СОБАКА ПРОЯВЛЯЕТ К ВАМ ДРУЖЕСКИЕ ЧУВСТВА, ХОЧЕТ ПОИГРАТЬ.



СОБАКА ЖДЕТ, КОГДА ВЫ ЕЕ ПОКОРМИТЕ.

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА

СКАНВОРД

№ 1

Составил Валерий РУЧИЙ

Отделка на платье	а	к	о	р	у	т	Нога медведя	а	и	а	Светлая часть суток		
Обряд создания семьи	о	Любимец	о	Здание для пассажиров	у	Серый заяц	у	Темное облако	е	Пилот самолета	е	Вокал	у
Речная красавица с хвостом	р	а	к	о	с	о	2	е	т	а	н	ч	е
Взрослый самец кабана	з	Большая комната	а	Повозка на Кавказе	а	Приятный вкус	з	Многодневные автогонки	у	Держать ... по ветру	ч		
Хвойное дерево	е	Лб	Привилегия	р	ю	м	к	а	Лапа тюленя, моржа	о	Хоть ... не расти		
Попечение, уход	к	Лесной зверек	з	Коротконогая собака	б	Сосуд на ножке для вина	а	Драгоценный камень	х	а	с	т	
Настил пола в виде досочек	з	а	б	о	т	а	Женская подвеска на Руси	к	о	л	т	Гладкая блестящая ткань	р
Супружеская пара	з	е	т	а	Белый медвежонок	у	Напильник для ногтей	н	ч	л	к	а	
Действие наудачу	а	Период уборки хлеба	а	к	о	м	к	а	Бог любви в Др. Риме	а	Сухое печенье	в	
ч	с	к	Любитель вкусного, сластена	с	Злой дух	к	Проявление нежности	х	а	с	к	а	
Распорядитель застолья	т	а	м	а	г	а	Мухомор в романе Дюма	т	а	л	и	с	Ритм, пульс
Здание для спектаклей	р	Один круг танца	а	Походная музыка	с	Пояс к кимоно	а	м	у	л	е	т	
Т	е	а	т	р	Транжира	ч	о	т	Поток, текущий к морю	р	е	к	а
Морской рак	г	у	ш	Вереница повозок	о	б	о	з	Талон об оплате товара	з	е	к	
«Дождик» в ванной	ч	а	р	Пряность	а	н	ч	с	Площадка для тенниса	к	о	р	т

Ответы на сканворд № 12 по горизонтали: Эдем, трюмо, артист, театр, рупор, декольте, удел, мат, мохер, мозаика, оговор, крем, мясо, ирис, азимут, нива, обоз, рак, гамак.

По вертикали: торт, мокко, сюрприз, алмаз, отруби, кумир, диадема, яма, тело, сук, Марк, хохот, Олег, родина, фильм, Рим, таро, ива, ответ, русак.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

Никогда не угадаешь, какое число будет утром 1 января.

☺ ☺ ☺

— Ну, здравствуй, Боря!

— Вообще-то, я — Наталья!

— Да?! А у моего мужа в телефоне ты — «Боря»!

☺ ☺ ☺

Дорогие женщины, никогда не просите у Деда Мороза «сказочную жизнь»! Принцессой все равно не сделает, а, вот, Ивана-дурака — точно пришлет.

☺ ☺ ☺

Профессор психологии объясняет:

— Лучший способ избавить девушку от депрессии — поцелуй.

Один студент уточняет:

— Профессор, а как довести девушку до депрессии?

☺ ☺ ☺

— Дорогой, я так хочу на Новый год шубу!

— Моя ты хозяйка! Завтра же пойду куплю свеклу и селедку!!!

☺ ☺ ☺

У каждой женщины в шкафу висит вещь на случай «вдруг я похудею».

☺ ☺ ☺

У нас с друзьями есть традиция: каждый год 31 декабря мы ходим... А вот 1 января уже нет...

☺ ☺ ☺

Независимая женщина — это женщина, которая пока не нашла того, от кого бы ей хотелось зависеть.

☺ ☺ ☺

К мужику на вокзале подбегает цыганка:

— Драгоценный мой, дай руку, погадаю, все скажу, что будет, что было!..

Мужик пожимает плечами, протягивает руку:

— Ну, погадай.

Цыганка некоторое время смотрит на ладонь, потом в ужасе кричит:

— Страшной смертью помрешь! Зарежут тебя, сдерут шкуру, четвертуют, зажарят и съедят!

— Да погоди ты, я ж перчатку не снял...

☺ ☺ ☺

— Мама, мой-то, неблагодарный, опять не хочет есть гречку!

— Доченька, а ты ему расскажи, как ты старалась, когда ее варила!

— Варила? Так ее варить надо?!

☺ ☺ ☺

В кинотеатре парочка покупает билеты. Билетерша:

— Молодой человек, программку не желаете?

— Нет, спасибо.

— Шоколадку не желаете?

— Нет.

— Может быть, пакетик леденцов?

— Нет, нет, нет!

Билетерша отворачивается и ехидно роняет:

— А убийца в этом фильме — шофер!..

Парень оборачивается, и тоже ехидно:

— А мы все равно не смотреть пришли!

☺ ☺ ☺

Сказала же мужу: «Давай разведемся цивилизованно, как приличные люди — тихо-мирно». Так нет же, приехал пьяный, с гармонистом и толпой друзей.

ВНИМАНИЕ! СПЕЦВЫПУСКИ ОТ «ВЕСТЫ-М»!

Удобный формат — и для дамской сумочки,
и для полки на кухне!

На каждой странице — только самое лучшее
и оригинальное!



Лучшие рецепты читателей «ВЕСТЫ» со всей России! Необычные, пикантные, деликатесные, вкусные запасы пополняют Ваши погреба!

Любите заготовки впрок?

«СОЛЕНЬЯ-ВАРЕНЬЯ» — для Вас!!!

В продаже — с 26 апреля 2014 года

Любите вкусно и разнообразно?..

Празднично и оригинально?..

Дешево и полезно?..

«САЛАТЫ НА БИС» — для Вас!!!

В продаже — с 25 января 2014 года



Тираж для розничной продажи ограничен!

СУПЕРПРЕДЛОЖЕНИЕ: подписка на Комплект —
6 номеров «Веста-М» + 2 спецвыпуска.

Вместе — дешевле!

ЧИТАЙТЕ В ЯНВАРСКОМ НОМЕРЕ:

- ◆ Специи-врачи
- ◆ Обыкновенная простуда
- ◆ О странностях любви
- ◆ Лошади лечат душу и тело
- ◆ Мужские проблемы
- ◆ И многое другое...

В продаже с 28 декабря

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

В каталоге «Пресса России»
Газеты и журналы.
Первое полугодие 2014

15510

В каталоге «Почта России»
Первое полугодие 2014

60673

Январь

ISSN 1818-7684



9 771818 768369

14001

